



Tibetan Buddhist Resource Center

Text Scan Input Form - Title Page

Work:	W1KG25840	ImageGroup:	I1KG25842
LCCN:	n/a	ISBN:	n/a

Title:	ཁོར་ཡུག་སྤུང་སྒྱུབ་རྒྱུན་མཁོ་ཤེས་བྱ། khor yug srung skyob rgyun mkho shes bya/
Author:	to-be-supplied to-be-supplied
Descriptor:	n/a
Original Publication:	n/a
Place:	n/a
Publisher:	n/a
Date:	n/a
Volume:	1
Total Volumes:	1
TBRC Pages:	2
Introductory Pages:	n/a
Text Pages:	n/a
Scanning Information:	Scanned at Tibetan Buddhist Resource Center, 1430 Massachusetts Avenue, Cambridge, MA 02138, USA.



ཁོར་ཕུག་སྤང་སྒྲོང་གི་རྒྱན་མཁོ་ཤེས་བྲ།



ཡི་ཤིན་དཔེ་ལྷན་ཁྲིམས་པ། ཡི་ཤིན་ཡི་དཔེ་མཛད་པེ་ལྷན་ཁྲིམས་པ།



ཁོར་ཕུག་སྤང་སྐྱོང་གི་རྒྱན་མཁོ་ཤེས་བྲ།



ཨ་ཁོ་སྤང་ཁྱེད་ཀྱི་ཕྱི་རྒྱུ་ལྟ་ལྟ། ཨ་ཁོ་སྤང་ཁྱེད་ཀྱི་ཕྱི་རྒྱུ་ལྟ་ལྟ།

图书在版编目(CIP)数据

环境保护常识:藏汉对照/益西彭措译,一成
都:四川民族出版社,2011.5
ISBN 978-7-5409-4722-4

I.①环… II.①益… III.①环境保护-普及读物-
藏语、汉语 IV.①X-49

中国版本图书馆CIP数据核字(2011)第072492号

环境保护常识

益西彭措 译

责任编辑 央青拉姆 索南东主

责任印制 李 蓓

内文设计 索南东主

出版发行 四川出版集团 四川民族出版社
天 地 出 版 社

地 址 成都三洞桥路12号

印 刷 成都万年彩印有限责任公司

成品尺寸 203mm×140mm 1/32

印 张 3.125

字 数 80千

版 次 2011年5月第1版

印 次 2011年5月第1次印刷

书 号 ISBN 978-7-5409-4722-4

定 价 8.00元

དཀར་ཆག

ལེའུ་དང་པོ། ཞིང་ཕྱེ་ཁོར་ཡུག་སྤྱང་སྤྱོད་དང་ཡུལ་མིའི་བདེ་ཐང་	
གི་སྒྲོར།.....	1
ཞིང་ཕྱེ་ཁོར་ཡུག་གི་སྤྲུག་ས་བཙོག་དང་ཡུལ་མིའི་བདེ་ཐང་།	1
ལེའུ་གཉིས་པ། གྲོང་གསེབ་ཀྱི་རྒྱའི་ཁོར་ཡུག་སྤྱང་སྤྱོད་བྱེད་པའི་	
སྒྲོར།.....	20
དོན་ཚན་དང་པོ། གྲོང་གསེབ་ཀྱི་རྒྱའི་ཁོར་ཡུག་སྤྲུག་ས་བཙོག་ཐེབས་	
པའི་རྒྱ་རྒྱུན།.....	20
དོན་ཚན་གཉིས་པ། གྲོང་གསེབ་ཀྱི་སྤྲུག་ས་བཙོག་རྒྱ་བཙོས་སྤྱོད་	
བྱེད་པ།	29
དོན་ཚན་གསུམ་པ། གྲོང་གསེབ་ཀྱི་རྒྱའི་ཐོན་ཁུངས་སྤྱང་སྤྱོད་དང་	
གྲོན་རྒྱུང་བྱེད་པའི་ཐབས་མཚོག་འགའ་གས། ...	42
ལེའུ་གསུམ་པ། གྲོང་གསེབ་མ་ལའ་རྒྱུང་བཙོག་སྒྲོན་དང་སྤྱང་སྤྱོད་	
སྒྲོར།	44
དོན་ཚན་དང་པོ། གྲོང་གསེབ་རྒྱུང་ཁམས་ཆེན་པོ་བཙོག་འགྱུར་བྱུང་	
པའི་རྒྱ་རྒྱུན།	44

དོན་ཚན་གཉིས་པ། གྲོང་གསེབ་རྒྱུང་ཁམས་ཆེན་པོ་བཙུག་འགྲུར་གྱི་ འགོག་བཙོས།.....	48
དོན་ཚན་གསུམ་པ། གྲོང་གསེབ་རྒྱུང་ཁམས་ཆེན་པོའི་བཙུག་འགྲུར་ འགོག་བཙོས་བྱེད་ཐབས།	67
ལེའུ་བཞི་པ། ཁིང་མེའི་སྤྲ་གཟུགས་གད་སྟྟགས་སྤྲ་གས་བཙོག་དང་ སྟོན་འགོག་.....	71
དོན་ཚན་དང་པོ། ཁིང་མེའི་སྤྲ་གཟུགས་གད་སྟྟགས་དེ་ཐོན་ལུངས་རང་ བཞིན་གྱིས་བཀོད་སྟོད་བྱེད་པ།	74
དོན་ཚན་གཉིས་པ། ཁིང་ལས་སྤྲ་གཟུགས་གད་སྟྟགས་ཀྱི་སྤྲ་གས་བཙོག་ འགོག་བཙོས་བྱེད་པའི་ཐབས་མཆོག་	85
ལེའུ་ལྔ་པ། གྲོང་གསེབ་ས་གཤིས་བཙོག་འགྲུར་དང་འགོག་ བཙོས།.....	89
དོན་ཚན་དང་པོ། ས་གཤིས་བཙོག་འགྲུར་འགོག་བཙོས།	89
དོན་ཚན་གཉིས་པ། གྲོང་གསེབ་ས་གཤིས་བཙོག་འགྲུར་འགོག་ བཙོས་བྱེད་སྒྲུངས།.....	91
དོན་ཚན་གསུམ་པ། གྲོང་དལ་ཁེ་ལས་ཀྱི་བཙོག་འགྲུར་འགོག་བཙོས་ བྱེད་ཐབས།.....	93

ལེའུ་དང་པོ།

ཁིང་སྡེ་ཁོར་ཡུག་སྤྱང་སྤྱོད་དང་ཡུལ་མིའི་བདེ་ཐང་གི་སྒོར།

ཁིང་སྡེ་ཁོར་ཡུག་གི་སྤྲུག་ས་བཅོམ་དང་ཡུལ་མིའི་བདེ་ཐང་།

མིའི་རིགས་འཆོ་གནས་བྱེད་ཡས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་བཟང་པོ་ནི། མིའི་
རིགས་བདེ་ཐང་འབྱུང་ཅའི་མུང་གཞི་ཡིན། སྤྱོད་དོས་སྤྱ་མང་ཅན་དུ་འགྱུར་བ་
དང་། སྤྱན་སྤྲུམ་ཆོག་ས་པར་འགྱུར་བ། བརྟན་འཇགས་སུ་འགྱུར་བ། རྒྱུན་མཐུད་
ངང་གོང་འཕེལ་འགོ་བ་བཅས་ཀྱི་སྤྱོད་དོས་མ་ལག་ཅིག་རྒྱུན་སྤྱང་བྱེད་ཐུབ་ན།
གཞི་ནས་མིའི་རིགས་ཀྱི་བདེ་ཐང་དེ་བརྟན་འཇགས་དང་རྒྱུན་མཐུད་ངང་གོང་འཕེལ་
འགོ་བར་ཁག་ཐེག་བྱ་ཐུབ། གོང་གསལ་བཞེ་ལས་དང་གོང་དུ་བཞེ་ལས་འཕེལ་རྒྱས་
འགོ་བ་དང་མཆུང་ས། ཁིང་སྡེ་ཁོར་ཡུག་གི་གནད་དོན་ཉིན་རེ་ལས་ཉིན་རེར་མངོན་
གསལ་དོད་པོར་འགྱུར་བས། ཁིང་སྡེ་ཁོར་ཡུལ་མི་ཆོའི་བདེ་ཐང་ལ་ཐད་ཀར་གཞོན་
འཆེ་ཐེབས་བཞིན་ཡོད།

གཅིག་ ཁིང་སྡེ་ཁོར་ཡུག་གི་སྤྲུག་ས་ཀ་དང་ཡུལ་མིའི་བདེ་ཐང་།

(གཅིག) མིའི་བདེ་ཐང་དང་ཇུས་འགྱུར་གཞི་རྒྱ་བར་གྱི་འབྲེལ་བ།

མིའི་ལུས་པོ་ནང་ཇུས་འགྱུར་གཞི་རྒྱ་འཕོར་ཆེན་ཡོད་ཅིང། ཇུས་འགྱུར་
གཞི་རྒྱ་དེ་རིགས་ནང་དུ། ཐན་དང་། ཆིང་། དབྱང་། ཏན་བཅས་ཇུས་འགྱུར་
གཞི་རྒྱ་ཡིས་ལུས་པོ་ནང་གི་རིགས་སྤྱ་ཆོག་ས་ཀྱི་སྤྱོད་དོས་པོ་བཟོ་

ཐུབ་པ་མཁུན་ལར། རྩམ་འགྱུར་གཞི་རྒྱ་གཞན་དག་གྱང་རྩམ་འགྱུར་ནམ་པ་སྣ་ཚོགས་
 དང་སྤྲིག་གཞི་ཆགས་སྤངས་སྣ་ཚོགས་ལས་སྦྱེ་དངོས་ཆགས་པར་མཁོ་བའི་དངོས་
 པོར་འགྱུར་བ། རྩམ་པ་ལྟན་པའི་སྤྲི་དཀར་དང་སྤྲི་དཀར་མེ་རྩམ་སོགས་ཐོན་ནས།
 མི་ལུས་ཀྱི་མུང་གྲུབ་ནང་ཆགས་པ་ལམ། མི་ལུས་མུང་གྲུབ་ཀྱི་རྒྱ་ཆ་ལ་འགྱུར་བ་ལམ།
 རྩམ་དང་དབྱང་རྒྱུད་བརྒྱུད་ཅི་དངོས་པོ་འགྱུར་བ་ལམ། སྤྲི་དཀར་མེ་རྩམ་གསེ་
 སྤེལ་གྱི་རྒྱ་ཆར་འགྱུར་བ་ལམ། གཤེར་འགྱུར་གྲོག་འབྱེད་དངོས་རྩམ་ཆ་སྟོམ་གྱི་རྒྱ་
 ཆར་འགྱུར་བ་ལམ། མི་ལུས་ཀྱི་སྤྲ་མུང་འགྲུལ་སྦྱོད་ཀྱི་རྒྱ་ཆར་འགྱུར་བ་བཅས་
 ཀྱིས་ཐུན་མོང་དུ་མི་ལུས་སྦྱེས་ཤིང་མཁོ་བའི་དུ་རྟོག་དོར་གསར་འགྱུར་གི་རྩམ་པ་དེ་བཅོས་
 པ་རེད།

(གཉིས་) ལྷུ་བའི་ལྷགས་རིགས་གཞི་རྒྱ་འགའ་ཤས་ཀྱིས་མི་ལུས་པོར་གཞོན་
 རྒྱུ་ལ།

ཚན་རིག་པས་ཤེས་རྟོག་ལྟར་ན། ཁོར་ཡུག་ནང་གི་ལྷུ་བའི་ལྷགས་
 རིགས་གཞི་རྒྱ་འགའ་ཤས་ཀྱིས་མི་ལུས་པོར་ཉ་ལས་དགོས་པའི་གཞོན་པ་ངན་
 པ་བཅོམ་པ་རེད། ལྷུ་བའི་ལྷགས་རིགས་གཞི་རྒྱ་འདི་དག་གིས་བཟའ་ཆས་སྤྲགས་
 བཅོག་བཏང་བས་མི་ལུས་པོར་ཉེན་ཁ་ཆེན་པོ་བཅོམ་པ་སྟེ། ལྷུ་བའི་ལྷགས་
 རིགས་གཞི་རྒྱ་འདི་དག་ཁིང་ལས་ལོ་རྟག་ཐོག་ཐད་ཀར་འགྱུར་ནས། ཤིང་རྟག་
 དང་ཟ་འགྲུ་སོགས་ཀྱི་ནང་རི་མ་རི་བཞིན་དུ་གསེས་ཏེ། མཐར་མི་ལུས་པོར་
 གཞོན་པ་ཚབས་ཆེན་བཅོམ་པ་རེད།

༡. ཀྱང་ཞེས་པའི་ལྷགས་རིགས་གཞི་རྒྱའི་གཞོན་པ།

འཛམ་གླིང་ཡོངས་སུ་སྐད་གྲགས་ཁྱབ་པའི་དོན་རྒྱུན་ཞིག་སྟེ། དུས་རབས་
 ཉི་ཤུ་པའི་ལོ་རབས་ལྔ་བརྒྱ་པའི་དུས་ན། ལྷ་ར་པན་གྱི་རྩེ་ཡུས་གྲོང་རྫོང་དུ་
 ཐོན་པའི་ཀྲང་ཇཱ་ས་ཀྱི་དུག་སློན་ལས་ཐོན་པའི་རྩེ་ཡུས་ནད་རིགས་ཞེས་པ་ནི་
 དཔེར་ལྟ་ས་ཞིག་ཡིན་ལ། བད་དེ་ཕོག་པའི་ནད་པའི་ཀྲང་པར་གཞོད་སློན་ཆབས་
 ཆེན་ཐེབས་ཡོད། བ་ཆ་རྩལ་ཙམ་རྩལ་པའི་ནད་པས་སྐད་ཆ་གསལ་མོ་བཤད་མི་ཐུབ་
 པ་དང་། ཀྲང་ལག་མི་བདེ་བ། གོམ་པ་ཡག་པོ་སློ་མི་ཐུབ་པ། མིག་གིས་མཐོང་མི་
 ཐུབ་པ། བ་ཆ་ལྗིད་པོ་ཕོག་མ་ཐན་ནི་སེམས་ཁམས་འབྱུག་པ་དང་ཐ་ན་གི་སོང་
 པ་རེད།

༡. གའེ་ཞེས་པའི་ལྷགས་རིགས་གཞི་རྒྱུ་ལོན་པ།

དུས་རྒྱུན་དུ་གའེ་ཞེས་པའི་ལྷགས་རིགས་གཞི་རྒྱུ་མང་པོ་གསོག་མ་ཐན་དང་།
 རྒྱུན་དུ་གའེ་ཐུག་མ་ཐན་ཆོར་ནད་སྣ་ཆོགས་ཕོག་སྟེ། དུས་ཡུན་རིང་པོར་མིའི་ཁོག་
 པ་ནད་དུ་གའེ་མང་དག་ན། སློ་ཆད་དང་། སློ་ཡུའི་ཡན་ལག་གཉན་ཆད། སློ་བ་
 རྒྱུང་སྒྲངས། ཐ་ན་སློ་པའི་འབྲས་སྒྲན་ནད་སོགས་ཕོག་སྟེ་བ་རེད། དུས་ཡུན་རིང་
 པོར་གའེ་ཐུག་ཆད་ཉུང་ཙམ་ལས་ཐུང་པའི་ནད་རྟགས་ནི་མིའི་མཐལ་ལུ་ལ་སློན་
 ཕོག་པ་དེ་ཡིན་ལ། མཐལ་ལུ་ཡི་རྩས་པ་ཞན་འགྲོ་བ། གའེ་དུག་ཕོག་འགྲོ་དུས།
 མཐལ་ལུ་ཡི་ཀའེ་དང་ལིན་རྩད་པའི་རྩས་པ་རྩེ་ཞན་འགྲུར། དུས་ཆོད་ཡུན་རིང་སོང་
 བ། གའེ་དུག་ནད་ཕོག་མ་ཐན་ཆོའི་རུས་པ་སྟེ་འགྲོ་བ་དང་རུས་སོབ་ཀྱི་ནད་ཕོག་
 སྟེད། གའེ་དུག་དེ་ད་རུང་སློ་བ་དང་། མདུན་ཆགས་ཐེན་ལ། རླེག་རིལ་བཙས་ཀྱི་
 རྒྱན་ནད་ཐོན་སྟེ་བ་རེད། སྟེ་ལོ་༡༧༧༧ལོར་འཛམ་གླིང་ཐོག་སྐད་གྲགས་ལྷན་

པའི་ལྷ་ར་པན་རྩུ་མཉན་ནད་ཚ་ཞེས་པའི་ནད་ཚབས་ཆེན་དེ་ནི་ཡུན་རིང་པོར་གཤེ་
དུག་གསེས་པའི་འབྲས་བུ་ནས་ཐོན་པའི་ནད་ཅིག་ཡིན་ལ། ནད་དེ་ཕོག་མཁན་
ཆའི་ལུས་པོ་ཡོངས་ན་ཚ་ཆེ་བས་སྤྲུག་བསྐྱལ་ཆད་མེད་ཡོད་པ་ཞིག་ཡིན།

༣. འ་ཉེ་ཡི་གཞོན་པ།

དེ་ཡང་འ་ཉེ་ནི་དུག་སློན་ཡོད་པའི་ལྷགས་རིགས་གཞི་རྒྱ་ཞིག་ཡིན། ལོ་
རྒྱུས་རིག་པའི་མཁས་ཙན་ལ་ལས་ངོས་འཛིན་ལྟར་ན། འ་ཉེ་ཡི་དུག་ཕོག་ནས་སྤྲུ་
སྤྲུམ་འཕྲོ་ཤིང་པའི་ནད་དུ་གྱིན་པ་དང་། སྤྲུག་གོར་བ། སྤྲུག་ཆགས་མི་བྱུང་བ་བཙས་ནི་རོམ་
གོང་མའི་རྒྱལ་ཁབ་གོང་རིམ་གྲལ་རིམ་གྱི་སྤྲུག་སྤྲེལ་ཆད་དམའ་བ་དང་། གནའ་རབས་
ཀྱི་རོམ་གོང་མའི་རྒྱལ་ཁབ་དེ་མཐའ་མར་ཉམས་ནས་སྤྲོངས་སྤྲུར་པའི་རྒྱུ་མཚན་
ཞིག་ཡིན་པ་རེད། འ་ཉེ་གསར་སློལ་དང་རྒྱུ་མཚན་སྤྲུམ་པེད་སྤྲོད་དང་བསྐྱུན། ཁོར་
ཡུག་ནད་དུ་འ་ཉེ་ཡི་དུག་ཡོད་ཆད་རེ་མང་དུ་སྤྲུར་བས། འ་ཉེ་ཡི་དུག་གིས་མིའི་ཆེ་
སློག་རེ་བྱུང་དུ་འགྱུར་དུ་བཅུག་པ་དང་། མིའི་སེམས་པ་ཉམས་སྤྲུའུག་པ། གཞན་
ཡང་རྒྱུངས་ཁྲག་ཉམས་པ་སོགས་ནད་ཁྱེར་ཡོང་བ་མ་ཟད། ད་དུང་བྱིས་པའི་སྤྱོ་
རིག་ཐད་གཞོན་པ་ཆེན་པོ་བཞེས་པ་རེད།

(གཤམ་) སྤྲུགས་བཙོག་ཐེབས་པའི་དངོས་རྒྱས་རིགས་ཁ་ཤས་ཀྱིས་ལུས་མིར་
བཞེས་པའི་གཞོན་སྤྲུམ།

སྤྲུགས་བཙོག་ཐེབས་པའི་དངོས་རྒྱས་རིགས་ཁ་ཤས་ཀྱིས་མིའི་ལུས་པོར་
བཞེས་པའི་ལྷགས་སྤྲུམ།

༡. མཁའ་རྒྱུང་བཙོག་འགྱུར་བྱུང་ནས་མིའི་ལུས་པོ་བདེ་ཐང་ལ་བཞེས་

པའི་ལྷགས་རྒྱུན།

མཁའ་རྒྱུད་ནང་ཟུག་གཟེར་རང་བཞིན་གྱི་བཅོམ་འགྱུར་དངོས་རྣམས་ཀྱིས་
མིའི་དཔུགས་ལམ་ལ་དག་བས། བཅོམ་འགྱུར་དངོས་རྣམས་དེ་དག་ཁ་ནང་རྒྱབ་
སོང་ན། མིའི་དཔུགས་ལམ་ལ་གཞོད་འཆོ་ཐེབས་གིང་གློ་ཡུའི་ཡན་ལག་གི་རྒྱས་
པར་རྒྱོན་བཟོ་ངེས། མཁའ་རྒྱུད་ནང་གི་ཟུག་གཟེར་རང་བཞིན་མིན་པའི་བཅོམ་
འགྱུར་དངོས་རྣམས་དག་ལས་མིའི་ལུས་པོར་ཁྱེད་ཆོར་ཐེབས་དཀའ་མོ་ཡིན་པས།
གཞོད་རྒྱོན་བྱུང་ཆོད་དེ་ཟུག་གཟེར་རང་བཞིན་གྱི་བཅོམ་རྒྱུད་ལས་ཆེ་བ་རེད། དཔེར་
ན། དབྱང་གཅིག་ཐན་རྣམས་དེ་དཔུགས་ལམ་བརྒྱད་ནས་མིའི་ཁྲག་ནང་རྒྱགས་སོང་
ན། མགོ་ཡུར་ལམ་བ་དང་། མགོ་ན་བ། ཞེན་ཁ་ལོག་བ། ལུས་པོར་ལྷགས་
མེད་པ་བཅས་ཀྱི་ཆ་ཐོན་པ་དང་། ཐན་ནང་དན་ཕོག་ན་མགོ་ཡུར་ལམ་ནས་
གི་འགོ་བ་རེད། མཁའ་རྒྱུད་ནང་གི་དངོས་རྣམས་འགའ་ཉེ། དཔེར་ན་པེན་བི་བི་
ཞེས་པ་དག་གིས་མི་ལ་འབྲས་སྐྱན་ནད་ཐོན་པར་བྱེད་ངེས།

༡. རྒྱ་བཅོམ་འགྱུར་བྱུང་ནས་མིའི་ལུས་པོ་བདེ་ཐང་ལ་བཟོས་པའི་ལྷགས་
རྒྱུན།

རྒྱ་ནང་གི་བཅོམ་འགྱུར་དངོས་རྣམས་ཀྱིས་མིའི་ལུས་པོ་བདེ་ཐང་ལ་བཟོས་
པའི་ལྷགས་རྒྱུན་འདི་འདྲ་ཡོད་པ་ཉེ། གཅིག་ནི་ཡུན་རིང་རང་བཞིན་གྱི་ནད་དུག་
ཕོག་པའམ་དོས་དུག་གི་ནད་དུག་ཕོག་པ། རྒྱའི་ནད་དུག་རྣམས་འགྱུར་བའི་དངོས་
པོ་ཡོད་པ་མིས་འཁྱུང་རྗེས། ལམ་སང་ནད་དུག་ཕོག་པ་རེད། དཔེར་ན།
རྩ་ཅི་ཀྱང་གི་ནད་དུག་དང་། གའི་ཡི་ནད་དུག་ རྩའི་རྣམས་ཞིང་སྐྱན་ནད་དུག་

ཏེ་ལུ་ལན་པེན་ནད་དུག་སོགས་ནི་ཡུན་རིང་རང་བཞིན་གྱི་ནད་དུག་ཐོག་པ་ལས་
 དོས་དུག་གི་ནད་དུག་ཐོག་པའི་འབྱུང་ཆ་གཙོ་བོ་རེད། གཉིས་ནི་སྐྱེན་ནད་སྤང་
 བའི་གཞོན་པ་ཡིད། སྐྱེན་ནད་སྤང་སྤྱོད་པའི་རྒྱུ་དངོས་རྒྱུ་ལག་ལ་གས་ཏེ།
 དཔེར་ན་ཁུའི་ཞེས་པ་དང་། བེན་པི་པི་ཞེས་པ། ཏེ་ཏོན་ཅེན་ཞེས་པ་སོགས་ཀྱི་
 བཙོག་འགྱུར་བཟོ་བ་དང་ཁུ་ནད་གི་བྱེ་མ་སོགས་དངོས་རྒྱུ་ཆགས་ཤིང་། ཁུ་འདི་
 དག་ཡུན་རིང་འབྱུང་ན། ལུས་པོའི་ནད་དུ་དངོས་རྒྱུ་དེ་རིགས་མང་པོ་བསགས་
 ཏེ། སྐྱེན་ནད་ཐོག་སྤོ་མོ་ཡིན། གསུམ་ནི་བཙོག་འགྱུར་ཁུ་ལས་འགོས་ནད་ཐོན་སྤོ་
 མོ་ཡིན། མི་དང་སྤོ་བྱུགས་ཀྱི་གཅིན་སྤྱུག་ཁུ་ནད་གསེས་ནས་སྤྱོད་དངོས་རང་བཞིན་
 གྱི་བཙོག་འགྱུར་དངོས་རྒྱུ་ཀྱིས་ཁུ་བཙོག་འགྱུར་བྱུང་ནས། མི་ལ་ཁུ་མའི་འགོས་
 ནད་ཐོག་སྤོ། དུས་མཚུངས་སྤྱོད། གཞན་བཏེན་སྤོ་འབྱུང་ནད་ཡམས་ཀྱང་ཁུ་
 ནད་གསེས་ཏེ་ཡོངས་ཁུ་དུ་སྤྱོད་སྤོ་མོ་ཡིན་པ་རེད། བཞིན་ཤུགས་སྤོ་གཞན་
 བཟུང་གྱི་ཐད། སྤྱུགས་བཙོག་ཐེབས་པའི་དངོས་པོ་འགའ་དེ་གར་ཆོད་ལྷོད་ལྷོད་
 ཀྱི་གནས་སྤོ་མིར་གཞོན་སྤོ་ཐད་ཀར་བཟོ་མི་བྱུང་། ཡིན་ནའང་། དངོས་པོའི་དེ་
 རིགས་ཀྱིས་ཁུར་བྱེ་དང་མདོག་མི་འདྲ་བ་དང་བྱེ་མ་མི་འདྲ་བས་ལྷོ་བ་དང་སྤོ་མ་
 བཞག་ཐོན་ནས་ཁུ་ནད་ཁུ་ལྷན་བེད་སྤོད་བྱེད་ཁུར་བཀག་འགོག་བཟོས་ཀྱི་ཡིན་
 པ་རེད།

༡. ས་ཁུ་བཙོག་འགྱུར་བྱུང་ནས་བདེ་ཐང་ལ་བཟོས་པའི་ཤུགས་སྤོ།

ས་ཁུ་ནི་མའི་རིགས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ནད་གི་ཁུ་སྤོ་གཙོ་བོ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་།

སྤྱོད་དངོས་མ་ལག་གི་དངོས་ཁུ་བཟུང་མེས་དང་དངོས་ཁུ་འཁོར་ཁུ་ནད་གི་ཉེ་གནས་

གྱི་ལུ་ཚོགས་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད། བེད་མེད་དངོས་རོ་སྤྱ་ཚོགས་གྱི་རང་བྱུང་གི་
 བསྐྱུ་ཉར་བྱེད་ས་དང་དྲུངས་གཙང་ཐག་གཙང་བྱེད་ས་ཞིག་ཡིན་པ་རེད། ས་རྒྱ་
 བཙོག་འགྱུར་བྱས་པ་ལས་མིར་གཞིན་པ་ཐེབས་པ་དང་ནད་ཐོག་པ། ནད་དུག་
 རང་བཞིན་གྱི་མཆིན་པར་ཚ་བ་ཐོག་པ་སོགས་འགོས་ནད་བྱབ་སྒྲེལ་འབྱུང་ལ། མི་
 ལྷགས་མཉམ་དུ་ནད་ཐོག་པའི་འགོས་ནད་དང་རི་དྲགས་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པའི་
 རིམས་ནད་ཁ་ཤས་ས་རྒྱ་བརྒྱད་ནས་མི་ལ་འགོས་པ་ཡིན། ས་རྒྱ་དེ་དུག་ཡོད་པའི་
 རྗས་འགྱུར་རིགས་གྱི་དངོས་པའི་བཙོག་འགྱུར་བྱུང་རྗེས་མིའི་ལུས་པོ་ལ་ཤུགས་སྐྱེན་
 ཐེབས་པ་མང་ཆེ་བའི་བར་བརྒྱད་པ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། གཙོ་ཆེ་ཤོས་ནི་ཞིང་འདེབས་
 ལོ་དྲིལ་དང་སངས་ཀྱི་ཆུ། ཡང་ན་ས་འོག་གི་ཆུ་བརྒྱད་ནས་མིའི་ལུས་སྤང་ལ་ཤུགས་
 སྐྱེན་ཐེབས་རྒྱ་ཡིན་པ་རེད། གང་རུང་གིས་སྤང་གསོག་བྱས་པའི་དུག་ཡོད་པའི་
 བེད་མེད་དངོས་རོ་དང་ཞིང་སྤྱོད་སྒྲན་རྗས་སོགས་དུག་ཡོད་པའི་རྗས་འགྱུར་དངོས་
 པའི་བཙོག་པ་བཞེས་པའི་ས་རྒྱ་དེ་ཆར་ཆུ་ལས་བཟུས་བཤིག་དང་ཆུ་ནད་དུ་འབྱས་
 བས་ཆུའི་འབྱུང་ཁུངས་ལ་བཙོག་པ་བཞེས་རྒྱ་ཡིན་པ། བཙོག་འགྱུར་བྱུང་བའི་ཆུ་དེ་
 འབྱུང་བ་དང་བཟའ་བཅའ་དེ་ཞོས་ན་མི་དང་ལྷགས་ཞོག་ལ་དུག་ཐོག་གིས།

གཉིས་པ། གྲོང་གསེབ་ཁོར་ཡུག་བཙོག་འགྱུར་ལ་བཀག་འགོག་

བྱེད་པའི་གྲོས་གཞི་དང་བྱེད་ཐབས།

མིག་སྒྲུབ། རང་རྒྱལ་ལོ་ལྟའི་འཆར་གཞི་ཨང་བཅུ་གཅིག་པ་འཇུགས་
 བསྐྱེན་བྱེད་པའི་དུས་རིམ་ནད་དུ་གནས་ཡོད་ལ། ཁྱོན་ཡོངས་ནས་བཞེས་ལས་ལ་

བརྟེན་ནས་ཞིང་ལས་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བར་སྒྲུལ་འདེད་གཏོང་བ་དང་གོང་ཁྱེར་
 ལ་བརྟེན་ནས་གོང་གསེབ་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བ་ཞེས་པའི་འཕེལ་རྒྱས་ཀྱི་དུས་རིམ་
 བདེ་ལྷན་གནས་ཡོད་པས་ཁོར་ཡུག་སྤངས་སྤོང་བའི་ཐད་གོང་ཁྱེར་དང་གོང་གསེབ་
 བར་བྱུང་བར་མེད་པ་བྱེད་པ་དང་། ཅུ་པའི་ཁོར་ཡུག་དྲང་བཞག་འགན་ལེན་བྱེད་
 བ་བཅས་ནི་འཆམ་མཐུན་གྱི་སྤྱི་ཚོགས་འཛུགས་བསྐྱུན་བྱེད་པའི་ནང་དོན་གཤམ་ཆེན་
 ཞིག་ཏུ་འགྱུར་བ་རེད། དེར་ཕྱིར། གྲུང་གྲུང་གྲུང་དབྱེད་གིས་སྤྱོད་གས་གཅིག་ནས་
 རྒྱལ་དམངས་ཡོང་འབབ་བཀོད་སྤྱི་ག་བྱེད་པའི་བྱུང་སྤངས་ཐུགས་ཆེན་ལེགས་
 སྤྱི་ག་བྱས་ནས་སྤོན་དུས་ཀྱི་ཁོར་མིད་བཀོད་སྤྱི་ག་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་བ་དང་། ཐོན་
 ཁུངས་བཀོད་སྤྱི་ག་གནང་ནས་གོང་ཁྱེར་ལ་འབྱོག་པའི་སྤོང་རྒྱས་འབྱོག་སྤྱོད་གས་འཕོ་
 འགྱུར་གཏོང་བ། སྤྱོད་གས་གཞན་ཞིག་ནས་སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་གོང་སྤྱོད་གས་པ་
 འཛུགས་བསྐྱུན་བྱེད་འགོ་རྒྱུགས་ཡོད་པ་རེད། དེ་བའི་དབང་གིས་ང་ཚོས་གོ་སྐྱབས་
 བཟང་པོ་དེ་དག་དམ་འཛིན་བྱས་ནས་ཁོར་ཡུག་མི་ལ་མཐུན་པ་དང་གོང་གསེབ་ཏུ་
 གཞིས་འཛིན་བཟང་པོའི་འདུ་ཤེས་སྤྱད་ནས་གོང་གསེབ་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་དྲངས་གཙང་
 ཡོང་བ་གཙོ་བོ་བྱེད་དགོས། གོང་གསེབ་ཀྱི་རྣམ་པ་གསལ་པ་ཡོང་བ་དང་གོང་གསེབ་
 ཀྱི་ཡ་རབས་སྤོང་པ་རེ་བཟང་དུ་གཏོང་བ། དེ་མ་ཆད་འདུས་སྡོད་བྱེད་པའི་ཁོར་
 ཡུག་རེ་བཟང་དུ་ཡོང་བ་བྱེད་དགོས། གོང་གསེབ་ཁོར་ཡུག་བཙོག་འགྱུར་གནད་
 དོན་ཐག་གཅོད་བྱེད་དགོས་ན། གཤམ་གྱི་ལས་ཀ་ཁ་ཤས་ལེགས་བསྐྱུབ་བྱ་དགོས།

(གཅིག) གྲོང་གསེབ་ཁོར་ཡུག་སྤྱང་སྤྱོད་གི་ལས་ཀའི་པན་ཡུན་རིང་བའི་དོ་
དམ་སྒྲིལ་ལག་འཇུག་ས་པ་དང་འབྲས་ཚད་དུ་གཏོང་དགོས།

རིམ་པ་སོ་སོའི་ཏང་ཨུ་དང་སྤྱི་དགའུ་གིས་ངོས་འཛིན་གསལ་བོ་དང་།
ནན་ཏན་གྱིས་གྲོང་གསེབ་ཁོར་ཡུག་སྤྱང་སྤྱོད་ལས་ཀའི་མདུན་དུ་གནས་པའི་ར་
དྲག་ཆེ་བའི་གནས་བབ་དབྱེ་ཞིབ་ལེགས་པོ་བྱས་པ། ཚན་རིག་དང་མཐུན་པའི་
འཕེལ་རྒྱས་ལྟ་བུ་དང་ཡང་དག་པའི་སྤྱི་སྤྱོད་གི་འདུ་ཤེས་བཞེང་བ་དང་དོན་འབྱོལ་
ཡོང་བ་བྱས་ཏེ་གོམ་གང་མདུན་སྤྱོད་གིས་གྲོང་གསེབ་ཁོར་ཡུག་སྤྱང་སྤྱོད་གི་ལས་
ཀའི་འགན་འཁུལ་འདུ་ཤེས་དང་མཁོ་བསྐྱུན་ཆེ་བའི་འདུ་ཤེས། རང་རྟོགས་རང་
བཞིན་བཅས་ཤུགས་ཆེ་རུ་གཏོང་དགོས་པ་དང་ལེགས་འཛིན་བཏང་བ། ཏན་ཏན་
ཏིག་ཏིག་གིས་གྲོང་གསེབ་ཁོར་ཡུག་སྤྱང་སྤྱོད་གི་ལས་ཀའི་རིམ་པ་སོ་སོའི་ཏང་ཨུ་
དང་སྤྱི་དགའུ་གི་ལས་ཀའི་ཉིན་ཐོ་གོས་རིམ་གལ་ཆེ་ནང་དུ་བཞག་པ་དང་།
ཁོར་ཡུག་སྤྱང་སྤྱོད་བྱེད་པའི་གྲུབ་འབྲས་ལ་དབྱུང་ཞིབ་ནན་པོ་བྱེད་པའི་ལམ་ལུགས་
ཞིབ་འཇུག་དང་གཏན་ལ་ཡབ་པ། གྲོང་ཁྱིམ་དང་། རྫོང་། ཡུལ་ཆེ་བཅས་ཀྱི་
ཏང་ཨུ་དང་སྤྱི་དགའུ་གི་ལས་ཀའི་ཉིན་ཐོ་གོས་རིམ་གལ་ཆེ་ནང་དུ་བཞག་པ་དང་།
ཁོར་ཡུག་སྤྱང་སྤྱོད་བྱེད་པའི་གྲུབ་འབྲས་ལ་དབྱུང་ཞིབ་ལག་བསྟར་ནན་པོར་བྱས་པ། གཞན་ཡང་གྲོང་གསེབ་
ཁོར་ཡུག་སྤྱང་སྤྱོད་གི་ལས་ཀའི་སྤྱི་དགའུ་གི་ལས་ཀའི་སྤྱོད་ཀྱི་གཞི་ལྡན་ཆེ་བ་དང་སྤྱི་དགའུ་གི་ལས་ཀའི་
བཞིན་ཆེ་བའི་མ་ལག་གི་འདུ་ཤེས་ཆེན་པོ་ཞིག་ཡིན་པས། ཁོང་ལས་ཁོངས་གཏོགས་
སྒྲིལ་ལག་གི་རུས་ཤུགས་རྒྱུ་ཡང་བརྟེན་ན་མི་འདད་ཞིང་། རིམ་པ་སོ་སོའི་
ཏང་ཨུ་གཅིག་གིས་སྤྱི་དགའུ་གིས་འགོ་བཙུག་བྱེད་པར་བརྟེན་ནས་གྲོང་གསེབ་ཁོར་ཡུག་

ཐུགས་བསྐྱེད་པ་དག་སྐྱོད་ལས་ཀའི་འགོ་བྱིན་ཆོ་མུང་བཅུགས་ཏེ་ཁྱོན་ཡོངས་ནས་
 ཐུགས་སོ་སོའི་ལས་ཀ་ལ་མཐུན་སྐྱོར་གནང་བ། ཉན་ཉན་ཏིག་ཏིག་གིས་གྲོང་རྒྱུ་
 ཁོར་ཡུག་སྐྱོད་ལས་ཁུངས་ཀྱི་མི་སྣ་བཀོད་སྒྲིག་དང་གསོ་སྐྱོད་ལས་ཀར་ལུགས་
 སྒོན་བྱས་པ། ཆེད་དུ་འགན་ཁུས་ལག་བསྟར་བྱེད་པའི་ཁོར་ཡུག་སྐྱོད་
 བྱས་ནས་གྲོང་རྒྱུ་དེ་གའི་ཁོར་ཡུག་སྐྱོད་ལས་ཀར་འགན་ལག་པོ་ཁུར་དུ་
 བཅུག་པ། དེ་མ་ཆད་ཉན་ཏིག་གིས་འགན་ཁུས་ལག་བསྟར་བྱས་ནས་གྲོང་རྒྱུ་
 དང་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་སྐྱོད་ལས་ཀ་མཐའ་འཁྱུལ་བ་དང་དོ་དམ་ཐད་
 ལས་ཆོད་ཆེ་བའི་འཁོར་རྒྱུག་སྒྲིག་གཞི་དང་ནང་རྒྱུན་ཞིག་ཆགས་པ། རིམ་བ་
 བཞིན་དུ་གྲོང་གསེབ་ཁོར་ཡུག་ལྟ་ཞིབ་ཆད་ལེན་བྱེད་པའི་ལམ་ལུགས་བཅུགས་དགོས།
 གྲོང་གསེབ་ཁོར་ཡུག་ལྟ་ཞིབ་ཆད་ལེན་ནི་ཞིང་ལས་ཁོར་ཡུག་སྐྱོད་ལས་ཀ་
 ལག་པོ་བསྐྱེད་པའི་བྱེད་ཐབས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་ལ། གྲོང་གསེབ་ཁོར་ཡུག་
 གཏན་ཁེལ་བྱས་ནས་ལྟ་ཞིབ་ཆད་ལེན་ལག་བསྟར་བྱས་ན་གྲོང་གསེབ་ཁོར་ཡུག་
 ནང་བཅོག་འགྱུར་གྱི་ཁ་ཐྱོགས་ཏེ་འཕོ་འགྱུར་དང་འཕེལ་རྒྱས་འགོ་བའི་ཆོས་ཉིད་
 ཤེས་ཐུབ་པས་དགོས་ངེས་ཀྱི་འགོག་བཅོས་བྱེད་ཐབས་ལག་བསྟར་བྱེད་དགོས་པ་
 དང་གྲོང་གསེབ་ཁོར་ཡུག་བཅོག་འགྱུར་དང་གཏོར་བཅིག་ཐེབས་ཆད་རེ་ཞན་དུ་གཏོར་
 དགོས། གྲོང་གསེབ་ཁོར་ཡུག་དོ་དམ་གྱི་སྤྱིད་རྒྱས་དང་འགན་ལེན་སྤེལ་གཏུགས་
 པ་དང་འཐུས་ཆད་དུ་བཏང་ནས་ཁོར་ཡུག་སྐྱོད་བྱེད་པའི་ཁྲིམས་ལུགས་ཁྲིམས་
 སྒོལ་གྱི་མ་ལག་འཐུས་ཆད་དུ་གཏོར་དགོས། དེ་བའི་དབང་གིས་ང་ཆོ་རིམ་བ་བཞིན་
 དུ་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་དང་ཁོར་ཡུག་སྐྱོད་ལས་ཀའི་དོན་དངོས་ཀྱི་དགོས་

མཁེ་དང་མཐུན་པའི་ཁྱིམ་སྤྱད་ཁྱིམ་སྤྱོད་མ་ལག་འཇུག་སྐྱེས་འབྱས་ཚད་དུ་
གཏོང་དགོས་པ་དང་གོང་གསེབ་ཁོར་ལུག་སྤྱང་སྤྱོད་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ལམ་ལུགས་ཅན་
དང་ཚད་ལྡན་ཅན་གྱི་ལམ་སྤེལ་ཐད་སྤྱོད་པར་སྦྱལ་འདེད་གཏོང་དགོས།

(གཉིས) ཁོར་ལུག་སྤྱང་སྤྱོད་ལས་ཀའི་ཐད་ཀྱི་མ་དདུལ་གཏོང་འཛོག་དང་སྤྱོད་
རྒྱུ་གྱི་རོགས་སྤྱོད་ལ་ལུགས་སྤོན་གཏོང་དགོས།

སྤྱི་བཙུག་འགྲུར་བཞེས་པར་སྤྱི་གོན་དདུལ་སྤྱོད་པ། སྤྱི་ལ་ཁེ་པན་
ཐོབ་པར་སྤྱི་འགན་ཁུར་བ། སྤྱི་གསར་སྤྱི་ལ་གནད་པར་སྤྱི་སྤྱང་སྤྱོད་བྱེད་
པ་ཞེས་པའི་རྩ་དོན་རྒྱུན་འཁུར་བྱེད་དགོས། སྤྱི་མཐུན་ནས་མ་དདུལ་གཏོང་
འཛོག་བྱེད་ལུག་རྒྱ་སྤྱོད་དུ་བཏང་ནས་ཁོར་ལུག་སྤྱང་སྤྱོད་ཐད་མ་དདུལ་གཏོང་འཛོག་
བྱེད་ཚད་གཏན་འཇགས་དང་ཕན་པ་ཐོབ་པ་ཁག་ཐེག་བྱེད་དགོས། མོར་སྤྱོད་གྱི་
སྤྱོད་རྒྱུ་རིམ་པ་བཞིན་དུ་གོང་གསེབ་གྱི་ཁོར་ལུག་སྤྱང་སྤྱོད་དང་གོང་གསེབ་གྱི་
གནད་ཆེ་པའི་ཁོར་ལུག་སྤྱང་སྤྱོད་འདུ་འཇོག་། ཞིང་ལས་སྤྱོད་ཀྱི་བཙུག་འགྲུར་
འཇོག་བཙུག་བཙུག་སྤྱི་འབྲེལ་བྱུང་བ་བྱེད་དགོས། གཞན་པའི་བཞེས་ལས་ལ་
བརྟེན་ནས་ཞིང་ལས་སྤྱོད་པ་ཞེས་པའི་འབྲེལ་ཡོད་གྱི་སྤྱོད་དོན་ལ་གཞིགས་ཏེ་
འབྲེལ་ཡོད་གྱི་གཞིགས་སྤྱོད་གི་སྤྱོད་རྒྱུ་ཞིབ་འཇུག་དང་གཏན་ལ་ཕབ་དགོས།
རིམ་པ་བཞིན་དུ་སྤྱོད་གཞུང་དང་ཐུན་མོང་། མི་སྤྱོད་བཙུག་གྱི་མ་དདུལ་བསྐྱེད་
བྱེད་པའི་སྤྱི་ཁག་འཇུགས་དགོས་པ་དང་འབྱས་ཚད་དུ་བཏང་ནས་གོང་གསེབ་གྱི་
ཁོར་ལུག་སྤྱོད་ཀྱི་བསྐྱེད་ཐད་ཀྱི་མ་དདུལ་གཏོང་འཛོག་གཏན་འཇགས་
དང་ཕན་པ་ཐོབ་པར་ཁག་ཐེག་བྱེད་དགོས།

(གསུམ) གྲོང་གསེབ་ཁོར་ཡུག་གི་ཚུགས་ཡོགས་སུ་དོད་མ་དང་བདག་སྤྱོད་རུས་
ཚད་ལྷགས་ཆེ་རུ་གཏོང་དགོས།

ཆུ་བཙོག་འགྱུར་བདག་སྤྱོད་དང་འབྲུང་ཆུ་འབྲུང་བུངས་སུ་སྤྱོད། ས་གཞུགས་
བེད་མེད་དངོས་རོ་བདག་སྤྱོད་དང་ཚུགས་བརྩམས་བེད་སྤྱོད། མི་ཚུགས་གཅིན་སྐྱུག་
བཙོག་འགྱུར་བདག་སྤྱོད་དང་། ཚུགས་བརྩམས་བེད་སྤྱོད་བྱེད་པ་གནད་ཆེ་ས་འཁུར་
དུ་ཐོན་པ་བྱེད་དགོས། གྲོང་སྡེ་འཛུགས་བརྒྱན་བྱེད་པའི་འཆར་འགོད་དང་ཁོར་
ཡུག་ཚུགས་བརྩམས་བདག་སྤྱོད་ལས་ཀའི་འཆར་གཞི་དང་བྱང་འབྲེལ་བྱས་ནས་
ཚུགས་བརྩམས་བདག་སྤྱོད་བྱེད་པའི་ལས་འགན་གསལ་པོ་གཏན་འབེབས་བྱེད་
དགོས། གྲོང་རྒལ་གྱི་འཚོ་བ་དང་བཟའ་བུར་རོལ་ཅེད་ཞབས་ཞུ་ལས་རིགས་ཀྱི་
བཙོག་འགྱུར་བདག་སྤྱོད་དང་བྱང་པར་དུ་བཙོག་ཆུ་འབྲུང་སྐྱུར་བྱེད་པའི་དོད་མ་ལ་
ལྷགས་སྒྲོན་གཏོང་དགོས། བཙོག་འགྱུར་བུང་བའི་ཁིང་གྲོང་གི་ཁེ་ལས་ཀྱི་ལྷ་སྐྱུལ་
ཞིབ་བཤེར་ལ་ལྷགས་སྒྲོན་གཏོང་དགོས་པ་དང་ཚད་དང་མཐུན་པའི་སྒྲོན་ནས་གཙང་
ཆུ་འབྲུང་སྐྱུར་བྱེད་པར་གྲུབ་འབྲས་བཟང་པོ་ཐོབ་པ་བྱེད་དགོས། གནད་ཆེ་བའི་
བཙོག་འགྱུར་ཁེ་ལས་ལ་སྐར་ལས་ནན་པོ་ཡིན་པའི་ལྷ་སྐྱུལ་ཚོད་འཛིན་ལམ་ལུགས་
འཛུགས་དགོས། གསར་འཛུགས་བྱེད་པའི་ཐོན་ལས་ལ་ཏན་ཏན་ཏིག་ཏིག་གིས་
ཁོར་ཡུག་གཅིན་སུ་འཛིན་པ་ཞེས་པའི་རྩ་དོན་ལག་བརྩར་བྱེད་དགོས་པ་དང་བཙོག་
འགྱུར་བཟོ་བའི་ཁེ་ལས་གསར་འཛུགས་གཏན་ནས་བྱེད་མི་ཚོག་རིམ་པ་བཞིན་
དུ་གྲོང་རྒལ་གྱི་ཁེ་ལས་འབྲེལ་རྒྱས་གཏོང་བའི་བྱབ་སྐྱོངས་ལེགས་སྒྲིག་བྱས་ནས་
བཙོག་འགྱུར་གཅིག་བརྩམས་ཀྱིས་བདག་སྤྱོད་བྱེད་སྐྱུར་སྐབས་བདེ་བཟོས་དགོས།

རིམ་པ་བཞིན་དུ་གྲོང་རྒྱུ་ཆུང་བའི་བྱང་ཆོས་དང་མཐུན་པ་དང་ཁོར་ཡུག་སྤྱད་སྤྱོད་
 ལས་ཀའི་དོན་དངོས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་དང་མཐུན་པའི་ཁྲིམས་ལུགས་ཁྲིམས་སྒོལ་མ་
 ལག་འཇུགས་པ་དང་འཐུས་ཆེད་དུ་བཏང་ནས་ཏན་ཏན་ཏིག་ཏིག་གིས་ཁྲིམས་ལུགས་
 ཀྱི་བྱེད་ཐབས་དེ་གྲོང་གསེབ་ཁོར་ཡུག་དོ་དམ་བྱེད་པའི་ནང་གི་གཟབ་ནན་རང་
 བཞིན་དང་དབང་ཆེན་རང་བཞིན་ལ་འགན་ལེན་ཐུབ་པ་བྱེད་དགོས་པ་དང་། གྲོང་
 གསེབ་ཁོར་ཡུག་སྤྱད་སྤྱོད་ལས་ཀ་དེ་ལམ་ལུགས་ཅན་དང་ཆེད་ལྡན་ཅན་དུ་བཏང་
 བའི་ལམ་ལུང་ཐོག་སྤྱོད་པར་སྒྲུལ་འདེད་གཏོང་དགོས།

(བཞེ) གསར་འཇུགས་བྱེད་རྒྱུའི་ཐོག་ནས་ལེགས་འཛིན་གནང་སྟེ་ཁྱོད་ཡོངས་
 བས་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་སྤྱོད་དོས་འཇུགས་བསྐྱུན་ལ་སྒྲུལ་འདེད་གཏོང་དགོས།

གྲོང་གསེབ་ཀྱི་སྤྱོད་དོས་འཇུགས་བསྐྱུན་བྱེད་རྒྱུ་དེ་ལྟེ་གནས་ཀྱི་ལས་
 འགན་ཁོར་ནང་དམིགས་ནས་སྤྱོད་དོས་མོད་ པའི་རྗེས་དབུལ་མཛེས་པའི་གྲོང་རྒྱུ་
 སྤྱོད་དོས་གྲོང་སྡེ་བཅས་གསར་སྐྱུན་བྱེད་པའི་བྱེད་ཐབས་སྤྱད་ནས་ཞིང་པའི་ཐོན་
 སྤྱོད་དང་འཆོ་བའི་བྱེད་སྒྲུངས་ལ་འཕོ་འཁྱུར་གཏོང་རྒྱུ་དེ་སློག་གིང་ལྟ་བུ་ཞིག་ཏུ་
 བརྩི་དགོས། གྲོང་གསེབ་དང་ཞིང་ལས་བཅད་མེད་དངོས་རོ་ཐོན་ཁུངས་ཅན་དང་
 ཞིང་ལས་ཐོན་སྤྱོད་དྲངས་གཙང་ཅན། གྲོང་ཁྱེར་དང་གྲོང་གསེབ་ཁོར་ཡུག་སྤྱད་
 སྤྱོད་ཐུང་པོ་གཙིག་ཏུ་སྒྲེལ་བ། གྲོང་སྡེ་སྤྱོད་དོས་ཅན་དུ་འཇུགས་བསྐྱུན་བྱེད་རྒྱུ་
 ཞེས་པའི་རྩ་དོན་ལ་བརྟེན་ཏེ་ཁྱོད་ཡོངས་ནས་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་གྲོང་གསེབ་སྤྱོད་དོས་
 འཇུགས་བསྐྱུན་ལ་སྒྲུལ་འདེད་གཏོང་དགོས། སྤྱོད་དོས་རིམ་པ་གསར་སྐྱུན་བྱེད་
 པའི་འཆར་འགོད་གཏན་ལ་ཐབ་ནས་རྒྱུར་ཐག་གིས་གྲོང་གསེབ་འབྱུར་འབྲིང་ཁོར་

ཡུག་ལྷུང་སྒྲོང་བྱེད་པའི་བྱ་སྒྲོང་སྒྲེལ་དགོས། སྒྲེད་ངོས་ཞིང་ལས་ཐོང་གི་འཇུག་ས་
 བསྐྱུན་བྱེད་པའི་རུས་ཚད་ལུགས་ཆེ་རུ་གཏོང་དགོས་པ་དང་། ཐོན་སྒྲིལ་ལག་ཅུལ་
 སྒྲེད་ངོས་ཅན་དང་ཐོན་སྒྲིལ་བརྒྱད་རིམ་དྲངས་གཙང་ཅན། ཐོན་སྒྲིལ་ཐོན་རྫས་
 གཞོད་མེད་ཅན། འཛོལ་འཁོར་ཡུག་བཟང་ཤོས་ཅན་བཅས་མཁུགས་སྐྱུར་མ་ངོར་
 འཁྱུར་ཡོང་བ་བྱས་ནས་རིམ་པ་བཞིན་དུ་སྒྲེད་ངོས་དང་དཔལ་འབྱོར། སྤྱི་ཚོགས་
 ཁེ་ཕན་བཅས་མཐུན་སྒྲོལ་དང་གཅིག་སྐྱུར་ཡོང་བ་བྱེད་ཐུབ་པ་བྱ་དགོས། ཚད་
 དང་མཐུན་པའི་སྒྲོན་ས་ཞིང་ལས་ཐོན་ཁུངས་གསར་སྒྲེལ་བེད་སྒྲོང་དང་སྐྱུར་སྒྲོང་
 བྱེད་དགོས། ལན་རུས་ལྷན་པའི་སྒྲོན་ས་ཞིང་ལས་བཅོག་འཁྱུར་འཁྱུར་ཁུངས་ཚོད་
 འཛིན་ཡག་པོ་བྱས་ནས་ཅི་ཤིང་ཐོན་སྒྲིལ་དང་རིུགས་སྐྱུར་སྒྲོང་། སྒྲེད་ངོས་ལྷ་
 རབ་མོར་རྒྱུད་བྱེད་པའི་འཁོར་རྒྱུན་བཟང་བའི་ནང་རྒྱུན་ཆགས་པ་བྱེད་དགོས་པ་
 དང་ཅུ་བའི་ཐོག་ནས་ཞིང་ལས་སྒྲེད་ངོས་ཁོར་ཡུག་དང་གྲོང་གསེབ་ཁོར་ཡུག་ལེགས་
 བཅོས་ཐུབ་པ་བྱེད་དགོས། དཔེར་ན། གཅིག་བསྐྱུས་ཅན་གྱི་སྒྲོ་ལུགས་དང་ཁྱིམ་
 བྱ་གསོ་སྒྲེལ་དང་སྒྲེད་ངོས་ཞིང་ལས་ཞིང་འབྲོག་ལས་རིགས་སུང་པོ་གཅིག་ཅན་
 ཡོང་བའི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྐུལ་འདེད་གཏོང་རྒྱུ་དང་། རྫོབ་རྒྱངས་ཐོགས་བསྐྱུས་
 བེད་སྒྲོད་སྤྱི་གཙམ་ལ་བརྟེན་ནས་གཅིག་བསྐྱུས་ཅན་གྱི་སྒྲོ་ལུགས་དང་ཁྱིམ་བྱ་
 གསོ་སྒྲེལ་བྱེད་སའི་བཅོག་འཁྱུར་བདག་སྒྲོང་བྱེད་དགོས་རྒྱུ། རྫོབ་རྒྱངས་ཀྱི་གད་
 སྤྱི་གས་དང་རྫོབ་རྒྱངས་ཀྱི་ཁུ་བ་རྫས་ལུད་དུ་འཕོ་འཁྱུར་བདེན་ནས་བེད་སྒྲོད་
 དགོས་རྒྱུ། དེ་འདྲ་བྱས་ན་བཅོག་འཁྱུར་བདག་སྒྲོང་ནང་གི་ལག་ཅུལ་དཔལ་
 འབྱོར་གྱི་བཀག་འགོག་བྱེད་སེལ་བྱེད་ཐུབ་ལ། ད་དུང་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ཐོན་ཁུངས་

དང་ཅུས་ཁུངས། ཁོར་ཡུག་གི་གནད་དོན་བཅས་གཅིག་གྱུར་འཆར་འགོད་དང་
 ཐག་གཅོད་ཡག་པོ་བྱེད་བྱེད་པ་མ་ཆད་རྣམས་ལྟར་དང་ཞིང་སྤོང་ལས་བཟོས་པའི་
 བཅོམ་འགྱུར་ཁུངས་དུ་གཏོང་བྱེད། གད་སྤྲིགས་འཛོགས་དང་ཆུ་བཅོམ་ཐག་གཅོད་
 བཟོ་བྱ་སོགས་བཅོམ་འགྱུར་བདག་སྐྱོར་བྱེད་པའི་སྤང་གཞི་སྤྲིག་ཆས་འཛུགས་
 བསྐྱོན་དང་འབྲས་ཆར་དུ་གཏོང་དགོས། ཁྱབ་ཆེ་པའི་སྤོངས་ཞིང་ལས་སྐྱེ་དངོས་
 རིག་གནས་འཛུགས་བསྐྱོན་སྤེལ་དགོས་པ་དང་གོང་གསེབ་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་སྤྲས་ཆར་
 མཐོར་འདེགས་གཏོང་བར་བྱགས་སྒྲུབ་སྤྲེ་སྤྲེ་དངོས་མཛེས་པོ་དང་འཆམ་མཐུན་
 གཏན་འཇགས་ཡིན་པའི་གོང་སྤེལ་གསར་པ་འཛུགས་བསྐྱོན་བྱེད་དགོས།

(ལ) མང་ཚོགས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་གི་ཁེ་དབང་སྤྱད་སྤྱོད་བྱས་ནས་ལམས་
 བདེ་ཐང་ལ་འགན་ལེན་བྱེད་དགོས།

གོང་གསེབ་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་སྤྱད་སྤྱོད་གི་ཁྲིམས་འཛིན་ཅུས་ཆད་བྱགས་ཆེ་རུ་
 བཏང་ནས་གོང་གསེབ་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་ལ་བཅོམ་འགྱུར་བཟོས་པ་དང་གཏོར་བརྒྱག་
 བཏང་བའི་ཁྲིམས་འགལ་གྱི་བྱ་སྤྱོད་ཁྲིམས་ལྟར་ཅད་གཅོད་ནན་པོ་བྱེད་དགོས།
 ཞིང་པའི་ཁོར་ཡུག་སྤྱད་སྤྱོད་པའི་ཁྲིམས་སྤྱོད་གི་འདུ་གཤེས་བཞེད་དགོས་པ་
 དང་ཡུལ་མིའི་རང་སྤྱོད་གིས་ཅུ་འཛུགས་བྱེད་པའི་ཅུས་པ་འདོན་སྤེལ་གང་ལེགས་
 བྱེད་དགོས། ཡུལ་མིའི་རྩར་ཐག་རང་བཞིན་དང་རང་འགྲུལ་རང་བཞིན་ལ་སྐྱུལ་
 སྤྱོད་བཏང་ནས་གོང་གསེབ་ཀྱི་སྤྲིག་སྤོལ་དང་ཡུལ་མིའི་དམ་བཅའ་ཞེས་པ་
 འཛུགས་དགོས། ལས་རེས་བྱེད་པའི་གོང་གསེབ་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་སྤྱད་སྤྱོད་བྱེད་
 པའི་ལས་གནས་བཅུགས་ནས་ཡུལ་མི་བར་ཕན་ཚུན་ལྟ་སྐྱུལ་བྱེད་པ་མཛོན་འགྲུར་

ཡོང་བ་བྱེད་དགོས། གནད་ཆེ་ས་གྲོང་རྒྱལ་ཅན་དང་བཟོ་ལས་ཅན་བརྒྱད་ཤིང་
 ནང་གི་བཙོག་འགྱུར་གྱི་རྣམ་གྲངས་ནས་གྲོང་གསེབ་ཏུ་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་བར་
 བཀག་འགོག་བྱས་ཏེ་སེམས་ཐག་གཅིང་བཅད་གྱིས་བཙོག་འགྱུར་གསར་བཟོས་
 དང་སློང་དོས་ལ་གཏོར་བརྒྱག་གཏོར་བའི་རྣམ་པར་ཆོད་འཛིན་བྱེད་དགོས། ཁོར་
 ཡུག་སྤང་སྤོང་ཐེར་འདོན་གོང་ཁྲུ་ཁ་པར་དང་ཡིག་སྐྱམ་སོགས་ཐབས་ལམ་མང་པོ་
 བཅུགས་པ་བརྒྱད་ནས་ནན་ཏན་གྱིས་མང་ཆོག་ས་གྲིས་རྒྱར་སྤྱད་དུག་པོ་ཐེབས་པའི་
 དཀའ་གནད་ཐག་གཅིད་བྱས་ཏེ་མང་ཆོག་ས་ཁོར་ཡུག་བཟང་པོའི་ནང་འཕྲོ་བ་རོལ་
 སྤུང་པའི་ཁྲིམས་མཐུན་གྱི་ཁེད་བར་སྤྱང་སྤོང་བྱེད་དགོས། གྲོང་གསེབ་གྱི་འགྱུར་
 རྒྱུ་འབྱུང་ཁུངས་སྤང་སྤོང་ལ་ཤུགས་སྒྲོན་བརྒྱབ་ནས་འགྱུར་རྒྱུ་འབྱུང་ཁུངས་སྤྱང་
 སྤོང་ས་ཁུལ་དེ་བྱེད་བྱེད་དགོས་པ་དང་ཁོར་ཡུག་དོ་དམ་ཆད་ལྡན་ཏུ་གཏོང་
 དགོས། བཙོག་འགྱུར་བཟོས་པའི་འགྱུར་ལུལ་ཞིབ་བཤེར་ནན་པོ་བྱས་ནས་ཞིང་
 པའི་འགྱུར་རྒྱུ་བའི་འཇགས་ལ་འགན་ལེན་བྱེད་དགོས།

(དུག) སློང་དོས་ཞིང་ལས་འཕེལ་རྒྱས་ཆེན་པོར་གཏོང་དགོས།

སློན་ཐོན་ཞིང་ལས་ཐོན་སློང་ལག་ཅུལ་གྱི་ཆོན་རིག་ཞིབ་འཇུག་མ་ཐོགས་
 གཏོར་བྱེད་པའི་རྣམ་ཆད་ཤུགས་ཆེ་ཏུ་གཏོང་དགོས། ཏུར་ཐག་གིས་སློན་ཐོན་གྱི་
 རྫོང་འདེབས་ལམ་ལུགས་དང་བེད་སྤྱོད་བྱེད་པའི་ལས་ཆོད་ཆེན་པོ། ཏུག་ཏུང་བ།
 སློན་ཤས་རྒྱུང་པའི་ཞིང་སློང་སྤྲན་རྩིས་གསར་པ་བྱུང་སྟེ་ལ་གཏོང་དགོས། འགྱུ་
 དགྲ་རྒྱ་གཞི་དཔྱོགས་ཡོངས་སུ་འགོག་བཅོས་དང་སོག་མ་ཕྱོགས་ཡོངས་སུ་བེད་
 སྤྱོད་ལག་ཅུལ་བྱུང་སྟེ་ལ་གཏོང་དགོས། ཞིང་ལས་ཐོན་ལས་སྐྱིག་གཞི་ཆད་མཐུན་

ཅན་དང་ཐོན་སྐྱོད་ལག་ཅུལ་སྐྱོད་དོས་ཅན། ཐོན་སྐྱོད་བརྒྱུད་རིམ་དྲུངས་གཙང་
ཅན། ཐོན་སྐྱོད་ཐོན་ཁྲིམ་གཞོན་མེད་ཅན་བཅས་མཛོན་འགྱུར་ཡོང་གང་ཐུབ་བྱ་
དགོས། སྐྱོད་དོས་ཞིང་ལས་འཛུགས་བསྐྱུན་སྒྲེལ་བ་ནི་ཞིང་ལས་ཐང་གི་བཙོག་
འགྱུར་ལ་ཚོད་འཛིན་བྱེད་པའི་ཕན་རུས་ལྡན་པའི་འབྲུང་ཁུངས་ཞིག་ཡིན་པ་རེད།
ཁྱོན་ཡོངས་ནས་ཞིང་ལས་ཚད་ལྡན་ཅན་ལ་སྐྱུལ་འདེད་གཏོང་དགོས་པ་དང་གོང་
གསལ་གྱི་འཁོར་རྒྱལ་དཔལ་འབྱོར་དང་དྲུངས་གཙང་ཐོན་སྐྱོད་བྱེད་པར་ཤུགས་
ཆེན་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་དགོས། ཏུར་ཐག་གིས་གོང་རྒྱལ་ཁེ་ལས་སློག་གཞི་ལེགས་
སློག་ལ་སྐྱུལ་འདེད་བཏང་ནས་གོང་རྒྱལ་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བའི་ལག་ཅུལ་མཐོ་བ་
དང་དདོས་གོན་ཚུང་བ། བཙོག་འགྱུར་མི་ཆེ་བ། ཁེ་ཕན་བཟང་བའི་ཐོན་ལས་དང་
ཐོན་ཁྲིམ་བཅས་ལ་སྐྱུལ་མ་བཏང་སྟེ་ཐོན་ལས་སློག་གཞི་ལེགས་སློག་དང་དྲུངས་
གཙང་ཐོན་སྐྱོད་བཟོ་རྒྱལ། དདོས་སྐྱོད་སྐྱོད་བྱེད་པའི་བདག་སྐྱོང་ལག་ཅུལ། ཁོར་
ཡུག་སྐྱོང་སྐྱོང་བྱེད་པའི་ཐོན་ལས་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བ་བཅས་ཟུང་འབྲེལ་བྱེད་དགོས།

(བདུན) ཁོར་ཡུག་སྐྱོང་སྐྱོང་གི་མང་གཞི་སློག་ཆས་འཛུགས་བསྐྱུན་ལ་ཤུགས་
སྐྱོན་བརྒྱབ་ནས་བདག་སྐྱོང་བྱེད་པའི་ཚུ་ཚད་མཐོར་འདེགས་སྐྱོང་དགོས།

གོང་གསལ་དེ་ཁོར་ཡུག་སྐྱོང་སྐྱོང་བྱེད་པའི་མང་གཞི་སློག་ཆས་ཐང་ཉ་ཅང་
ཞན་པ། ཏུས་ཡུན་རིང་བོའི་ནང་སྤྱི་གཞུང་གིས་གོང་གསལ་ཁོར་ཡུག་སྐྱོང་སྐྱོང་
བྱེད་རྒྱུའི་ཐང་མ་དངུལ་གཏོང་འཛིན་བྱེད་ཚད་སྟོབས་ཉ་ཅང་མང་བ་དང་། ཁོར་
ཡུག་བཙོག་འགྱུར་བདག་སྐྱོང་བྱེད་པའི་ཚྭ་གས་བསྐྱས་རང་བཞིན་གྱི་ལས་ཀ་དེ་
སྐྱོན་ཏུས་བདག་སྐྱོང་དང་བྲལ་བའི་སློག་ཆས་དེ་བཙོག་འགྱུར་བདག་སྐྱོང་ནང་

ཆད་ལུས་སུ་ཡོད་པ་རེད། དེ་པའི་རྒྱུན་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་སྡེ་ཁག་གིས་དེའི་ཐད་
 འབད་བཅོམ་སྟོན་མེད་བྱས་ནས་མྱེད་གཞི་སྒྲིག་ཆས་ཀྱི་འཇུགས་བསྐྱུན་ལ་
 རྒྱགས་སྟོན་བྱ་དགོས་པ་དང་བདག་སྟོང་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཚད་མཐོང་འདེགས་སུ་
 གཏོང་དགོས།

༡. གྲོང་གསེབ་ཀྱི་གཅིག་བསྐྱུས་བསྐྱུར་བྱ་དང་གཞོན་མེད་ཅན་ཐག་གཅོད་
 བྱེད་པའི་མྱེད་གཞི་སྒྲིག་ཆས་འཇུགས་བསྐྱུན་ལ་སྐྱུལ་འདེད་རྒྱགས་ཆེན་གཏོང་དགོས།
 འདི་ནི་གྲོང་སྡེའི་ཁོར་ལུག་བཅོག་པ་དང་སྐྱུག་པོ། ཞན་པ་བཅོས་སྟོང་བྱེད་པའི་
 བྱེད་ཐབས་ཞིག་ཡིན་ལ། གྲོང་གསེབ་ཀྱིས་བསྐྱུར་བྱེད་པ་དང་གྲོང་དལ་གི་བར་
 གྲུ་འཕོ་འཕྱར་གཏོང་བ། རྫོང་དང་གྲོང་ཁྲེམ་ས་ཁུལ་བཅས་ལས་བཞུལ་པའི་གཅིག་
 བསྐྱུས་ཀྱིས་ཐག་གཅོད་བྱེད་པ་ཞེས་པ་འཁོར་སྟོང་གི་ནང་རྒྱུན་ལ་སྐྱུལ་འདེད་བཏང་
 བས་གད་སྟོགས་འགྲུག་དབྱེ་པ་དང་གད་སྟོགས་ཁ་ཤས་ཚུར་བསྐྱུན་ནས་ཡང་བསྐྱུར་
 བེད་སྟོང་བྱེད་པར་སྐྱུལ་འདེད་གཏོང་བ་རེད།

༢. རྫོང་ཁོངས་ཀྱི་ཁོར་ལུག་སྐྱུང་སྟོང་འཆར་འགོད་ཡག་པོ་བསྐྱུར་དགོས།
 གཅོད་ཆེ་པའི་ནང་དོན་ནི་ཁོར་ལུག་རྣམས་པའི་ས་ཁུལ་དབྱེ་འབྲེད་དང་ཁོར་ལུག་སྐྱུང་
 སྟོང་ཚོད་འཛིན་རང་བཞིན་གྱི་འཆར་འགོད། ཆ་རྒྱུན་ཡོད་མ་ཐན་གྱི་རྫོང་ཁོངས་
 ཁོར་ལུག་འདུས་ཚད་འཆར་འགོད་བཅོ་འགོད་བྱེད་དགོས། གྲོང་དལ་ཚུར་བ་དང་
 གྲོང་སྡེ་གསར་པའི་འཇུགས་བསྐྱུན་གྱི་འཆར་འགོད་དང་བཅོ་ལས་ས་ཁུལ་དང་
 རྒྱགས་འབྲོག་ས་ཁུལ་འཆར་འགོད་བཅོ་འགོད་བྱེད་པར་བརྒྱུད་ནས་མི་སྟོན་ཁོར་
 ལུག་དང་ཐོན་སྐྱེད་ཁོར་ལུག་ མི་སྟོན་ཁོར་ལུག་དབྱེ་འབྲེད་དང་གཅིག་གྱུར་བཞོད་
 སྒྲིག་བྱེད་པར་དྲངས་གཅོད་ཅན་ཡོང་བར་མ་ངོན་འཕྱར་འཕྱར་ཐུབ་ལ། བྱ་བ་རྗེས་

གྱི་བདག་སྐྱོད་བྱེད་པའི་མ་ཙཱ་དམའ་བུ་གཏོང་བུལ།

༩. གྲོང་རྩེའི་ཚུ་དྲངས་མོར་བསྐྱར་འགོ་བཙུགས་ནས་ཚུ་བཅོག་འགྱུར་གི་
སྐྱོད་བུ་གཏོང་བུལ་བ་བྱེད་དགོས། འབྲེལ་ཡོད་གྱིས་བརྟག་དབྱུང་བྱས་པར་གཞིགས་
ན་ཞིང་པ་མི་གངས་དྲུང་ལྷུར་གསུམ་ལྟག་གི་འབྱུང་ཚུ་བདེ་འཇགས་ལ་མངོན་མེད་
ཀྱིན་པར་བུ་གནས་ཡོད་པས་སྤིང་གཞུང་གི་གནད་དོན་འདི་ཐག་གཅོད་བྱེད་ཏུ་ས་
གྲོང་གསེབ་གྱི་ཁྱད་ཆོས་ལ་འདར་རྒྱལ་དགོས་པ་དང་ཏུར་ཐག་གིས་གསར་སྐྱོན་
བྱེད་དགོས། དཔེར་ན། ཚུ་བཅོག་འགྱུར་གྱི་བདག་སྐྱོད་བྱེད་པའི་ནང་རང་བྱུང་
ཚུའི་ཁོར་ཡུག་གི་གནས་ཚུལ་མི་འདྲ་བར་གཞིགས་པ་དང་གྲོང་གསེབ་ས་ཁུལ་གྱི་
མི་གངས་ཁུལ་སྟངས། བཅོག་འགྱུར་འབྱུང་སྐྱུར་བྱེད་པའི་ཁྱད་ཆོས་བཅས་དང་
ཟུང་འབྲེལ་བྱས་ནས་ཨར་ལས་གྱི་བྱེད་ཐབས་དང་ཨར་ལས་མིན་པའི་བྱེད་ཐབས་
ཟུང་འབྲེལ་བྱེད་སྟངས་སྟུང་དེ་མ་ཙཱ་དམའ་བའི་སྒོ་ནས་གྲོང་གསེབ་འདུས་སྡོད་ས་
ཁུལ་གྱི་ཚུ་བཅོག་འགྱུར་གྱི་གནད་དོན་ཐག་གཅོད་བྱེད་དགོས།

༡༠. གྲོང་རྫོང་ཁེ་ལས་བཅོག་འགྱུར་བདག་སྐྱོད་བྱེད་པའི་དཔེ་སྟོན་དང་
ཁོར་ཡུག་སྐྱུང་སྐྱོད་དཔེ་སྟོན་གྲོང་གསེབ་གཞུག་དགོས། ཐོག་མར་དཔལ་འབྱོར་
གྱི་མང་གཞི་བཟང་བའི་གྲོང་གསེབ་དང་གྲོང་རྫོང་ཁེ་ལས་གྱི་ཏུར་ཐག་རང་བཞིན་
ལ་སྐྱེལ་སྐྱོང་བཏང་ནས་ཁོར་ཡུག་སྐྱུང་སྐྱོད་བྱེད་པའི་ལམ་སྟེན་གསར་བ་རྒྱ་སྐྱེད་གཏོང་
གང་ཐུབ་བྱེད་དགོས་ལ་ཆོད་ལྟ་ལེགས་ཀྱུ་བ་བྱུང་རྗེས་ད་གཞིན་རྒྱ་ཁྱོན་ཆེ་བའི་རང་
ཁུལ་སྐྲུལ་གཏོང་དགོས། ཡུལ་ཆའི་སྤིང་གཞུང་གི་ནོར་ལུགས་ཐད་རྒྱབ་སྐྱོར་ངེས་
ཅན་གནད་བ་ཐུང་བ་ལས་ད་དྲུང་སྤིང་ཏུས་ཐོག་རོགས་སྐྱོར་བྱས་ནས་སྐྱོན་བྲལ་རང་
ཞིང་ལས་འབྲེལ་རྒྱས་གཏོང་བར་རྒྱབ་སྐྱོར་གང་ཐུབ་བྱེད་དགོས།

ལེའུག་ཉིས་པ།

གྲོང་གསེབ་གི་རྒྱུ་ཁོར་ཡུག་སྤྱང་སྤྱོད་བྱེད་པའི་སྒོར།

དོན་ཚན་དང་པོ།

གྲོང་གསེབ་གི་རྒྱུ་ཁོར་ཡུག་སྤྱང་སྤྱོད་བྱེད་པའི་རྒྱ་རྒྱུན།

རང་རྒྱལ་གི་གྲོང་གསེབ་རྒྱལ་སྤྱང་སྤྱོད་བྱེད་པའི་ཚད་ཉ་ཅང་ཚད་མ་ཆེ་
ཞིང་། དེས་རང་རྒྱལ་ཁོར་ཡུག་དང་དེ་མིན་མི་རྒྱུས་ཀྱི་ལུས་ཁམས་བདེ་ཐང་ལ་
གནོད་པ་ཉ་ཅང་ཆེན་པོ་བཟོས་པ་རེད། གྲོང་གསེབ་གི་རྒྱལ་སྤྱང་སྤྱོད་བྱེད་པའི་
ཆེན་ཐེབས་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་དེར་གཞི་འཛིན་ས་མང་པོ་དང་ཚུགས་ཡོངས་ནས་
བསམ་སྒྲོལ་གྱི་དང་དང་ཚུགས་བསྐྱེད་བྱེད་དགོས། དེས་ཡོད་ཀྱི་ཞིང་སྤྱོད་དང་
རྒྱས་ལྟུང་ལུད། མྱོད་དམངས་ཀྱི་འཆོ་བའི་གད་སྤྱོད་སྤྱང་སྤྱོད་ཀྱི་གྲོང་གསེབ་གི་
རྒྱལ་སྤྱང་སྤྱོད་བྱེད་པའི་ཐད་ཀའི་རྒྱ་རྒྱུན་ཡིན་པར་མཐོང་དགོས་ལ། ད་དུང་
ཕྱི་རྒྱལ་བརྒྱུད་ནས་དེ་ཐོར་ལྟ་དགོས་པ་དང་། བྱིས་ལུགས་ལྟུང་སྤྱོད་དང་
བསམ་སྒྲོལ་འདུ་ཤེས། ཐོན་ལས་སྤྱོད་གཞི་སྤྱང་སྤྱོད་ཀྱི་མི་ཡོངས་པས་གྲོང་
གསེབ་གི་རྒྱུ་ཁོར་ཡུག་ལ་སྤྱང་སྤྱོད་བྱེད་པའི་ཆེན་ཐེབས་པའི་གནས་རྒྱལ་དེས་
ལ་ཡང་སྤང་ལས་རྒྱས་ཡོན་དགོས་པ་རེད།

གཅིག་ཐད་ཀའི་རྒྱ་རྒྱུན།

རང་རྒྱལ་གི་གྲོང་གསེབ་རྒྱལ་སྤྱང་སྤྱོད་བྱེད་པའི་ཐད་ཀའི་རྒྱ་རྒྱུན་དེ་

ཡུལ་ཚོ་དང་གོང་རྒྱུད་ལ་གྱི་ཁེ་ལས་ཀྱིས་བཞོས་པའི་སྐྱགས་བཅོག་དང་རྒྱས་འབྱུང་ཡུད་
 ཀྱིས་བཞོས་པའི་སྐྱགས་བཅོག་ ཁིང་སྒྲན་གྱིས་བཞོས་པའི་སྐྱགས་བཅོག་ གཞི་ཁྱོན་
 ཅན་གྱི་སྒོ་སྐྱགས་དང་ཁྱིམ་བྱ་གསོ་སྒྲེལ་བྱས་ནས་བཞོས་པའི་སྐྱགས་བཅོག་ དེ་མིན་
 འཚོ་བའི་གད་སྐྱགས་ཀྱིས་བཞོས་པའི་སྐྱགས་བཅོག་བཅས་ཡིན་པ་རེད།

(གཅིག) གོང་གསལ་གྱི་ཡུལ་ཚོ་དང་གོང་རྒྱུད་ལ་ཁེ་ལས་ཀྱིས་ཁོར་ཡུག་ལ་སྐྱགས་
 བཅོག་བཞོ་ཆད་ཆབས་ཆེ་བ།

ཡུལ་ཚོ་དང་གོང་རྒྱུད་ལ་ཁེ་ལས་དེ་དབྱར་མཚོ་རྒྱས་པ་ལྟར་འཕེལ་རྒྱས་བྱུང་
 བ་དེས་གོང་གསལ་གྱི་གོང་རྒྱུད་ལ་རྒྱུད་དར་ཡོང་བར་སྐྱུལ་བྱིད་བྱས་པའི་
 དུས་མཚུངས་སུ། མཐའ་སྒོར་གྱི་ཁོར་ཡུག་ལ་སྐྱགས་བཅོག་ཆབས་ཆེན་བཞོས་
 ཡོད་པ་རེད། གོང་གསལ་བཞོ་ལས་ཀྱིས་སྐྱགས་བཅོག་བཞོས་པ་དེས་རྒྱལ་
 ཡོངས་སུ་མོ་ཁིང་ཀྲང་རྒྱུན་ཁྲི་ཚོ་ཆེན་སྟོང་དུག་བརྒྱ་དང་བདུན་ཅུ་ལ་གཏོར་བཞིག་
 ཆབས་ཆེན་ཐེབས་ཡོད་པས། དེའི་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་མོ་ཁིང་སྟོམ་གངས་ཀྱི་བརྒྱ་ཆ་
 བཅུ་བདུན་དང་གངས་རྒྱུད་ལྔ་བཟུང་ཡོད་པ་རེད། དེ་མིན་གོང་ཁྱེར་གྱི་ཁོར་ཡུག་
 ལ་སྐྱགས་བཅོག་བཞོས་པར་བྱིམས་གཅོད་ནན་པོ་བྱས་པའི་དབང་གིས། སྐྱགས་
 བཅོག་ཆབས་ཆེན་བཞོ་བའི་ཁེ་ལས་དེ་གོང་ཁྱེར་ཉེ་འདབས་ཀྱི་གོང་ཁྱེར་རྒྱུད་རྒྱུད་
 ལ་སྒྲོས་ཡོད་པས། དེ་ནས་བཟུང་སྐྱགས་བཅོག་བཞོ་ཆད་དེ་གོང་ཁྱེར་ཆེན་པོའི་ཉེ་
 བའི་ས་ཁུལ་ལས་ཆབས་ཆེ་བ་རེད། ཉེ་བའི་ལོ་གས་རང་ལ། སྐྱགས་བཅོག་བཞོ་
 བའི་བྱུང་བའི་ས་དང་བཞོ་ཆད་དེ་མུར་དུ་དར་བྱུང་བ་དང་ཆབས་ཆེན་དུ་མུར་ཡོད་
 པ་དང་། དེ་དང་འབྲུ་བའི་ཡུལ་ཚོ་དང་གོང་རྒྱུད་ལ་ཁེ་ལས་ཀྱི་གངས་ཀ་རྒྱུད་མང་བ་དང་

ས་ཁོངས་ཁ་ཐོང་ཡིན་པ། ཁེ་ལས་ཀྱི་གཞི་བྱོན་ཆུང་བ་བཅས་ཀྱི་དབང་གིས་སྐྱགས་
བཅོག་བཅོས་སྦྱོང་བྱེད་པའི་རྒྱལ་ཁྱེད་ཀྱི་ཆ་ལྡན་པས། སྐྱགས་བཅོག་བཅོ་བའི་
རིགས་མང་བ་དང་རྟོག་འཛིང་ཆེ་བར་བརྟེན་བཅོས་སྦྱོང་བྱེད་པར་དགའ་ངལ་ཏུ་ཅང་
ཆེ་བ་རེད།

(གཞིས་) གྲོང་གསེབ་སྤྱི་ཡོངས་སུ་སྐྱགས་བཅོག་བཅོ་ཆད་ཆ་བས་ཆེ་བ།

གྲོང་གསེབ་ཏུ་ཞིང་སྤྱོད་ལེན་སྦྱོང་བྱེད་ཆད་དེ་ལོ་རིམ་བྱུང་དུ་ཡར་འཕར་
ཡོད་པས། ཞིང་སྤྱོད་ཀྱིས་སྐྱགས་བཅོག་བཅོས་པའི་རྒྱ་བྱོན་ཆེན་པོར་བྱུང་བ་རེད།
རང་རྒྱལ་གྱི་ཞིང་ལས་རྒྱུན་མི་ཆད་པར་འཕར་སྤོན་བྱུང་བ་དང་བསྐྱོན་ནས། ཞིང་
སྤྱོད་སྤྱི་ཐོན་ཆད་དང་ཞིང་སྤྱོད་ལེན་སྦྱོང་བྱེད་ཆད་ཡར་རྒྱུན་མི་ཆད་པར་འཕར་
སྤོན་བྱུང་བ་རེད། རང་རྒྱལ་གྱི་ཞིང་སྤྱོད་སྤྱི་ཐོན་ཆད་དེ་སྤྱི་ལོ་༡༩༥༩ལོའི་ཏུན་
ཁྲི་ཚོ་༢༠.༤༢ནས་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༢ལོའི་ཏུན་ཁྲི་ཚོ་༣༩.༧༧ལ་འཕར་ཡོད་པ། ཐོན་
སྦྱོང་བྱེད་པའི་རིགས་དེ་སྤྱི་ལོ་༡༩༥༩ལོའི་རིགས་༥ནས་སྤྱི་ལོ་༡༩༩༢ལོའི་རིགས་
༢༢ལ་འཕར་ཡོད་པ་རེད། ལོ་རེར་ཞིང་སྤྱོད་ལེན་སྦྱོང་བྱེད་ཆད་དེ་ཏུན་ཁྲི་ཚོ་༢༢
ཡས་མས་ཡིན་པ་དང་། ཆ་སྤོམས་ས་ཞིང་ཀྱང་རྒྱུན་རེར་ཞིང་སྤྱོད་ལེན་སྦྱོང་བྱེད་ཆད་
སྤོང་ཁེ་༢.༢༢ཡིན་པ་རེད། ཞིང་སྤྱོད་ཀྱིས་རྒྱལ་སྐྱགས་བཅོག་བཅོ་བ་དེ་གཙོ་བོར་
ཐད་ཀར་རྒྱུན་ལྡན་ཞིང་སྤྱོད་པ་དང་། ཞིང་ཁའི་ནང་ཞིང་སྤྱོད་ལེན་སྦྱོང་བྱེད་
དུས་ཆར་རྒྱལ་ཞིང་ཁར་རྒྱུན་ལྡན་པའི་རྒྱུ་དང་བསྐྱོན་ནས་རྒྱུ་ནང་བཞུར་བ། ཞིང་
སྤྱོད་ཐོན་སྦྱོང་དང་ལས་སྤོན་བྱེད་པའི་ཁེ་ལས་ཀྱིས་སྐྱགས་བཅོག་རྒྱ་ལུང་ནས་རྒྱ་
ནང་བཞུར་བ། ལ་ཁའ་རྒྱུང་ནང་ལྷག་ལུས་བྱུང་བའི་ཞིང་སྤྱོད་དེ་ཆར་རྒྱུ་དང་ལྷན་དུ་

ལུ་ནང་བཞུར་བ། ཞིང་སྤྱོད་པེད་སྤྱོད་བྱེད་པའི་གོ་རིམ་ནང་སྤྱུག་པའམ་ཐལ་རྩལ་
 བང་བསྐྱེས་ནས་རྒྱུད་གིས་ལུ་ནང་འདྲེས་པ། ཞིང་སྤྱོད་གཏོར་བའི་ཡོ་ཆས་འབྱུངས་ལུ་
 བང་བཞུར་བ་སོགས་རེད། སྤྱིར་བཏང་ནས་བཤད་ན། བརྒྱུ་ཆ་བཅུ་ནས་བརྒྱུ་ཆ་
 ཉེ་ཤུ་ཡས་མས་ཀྱི་ཞིང་སྤྱོད་དེ་ཞིང་ལས་ལོ་ཏྲག་ངོ་ལ་འབྱུར་ཡོད་པ་མ་གཏོགས། དེ་
 མིན་གྱི་བརྒྱུ་ཆ་བརྒྱད་ཅུ་ནས་བརྒྱུ་ཆ་དགུ་བཅུ་ཡས་མས་དེ་ས་ཞིང་དང་ལྷ། མ་ལའ་
 རྒྱུད་བཅས་ནང་གོར་ནས། ལུ་འདྲེན་པ་དང་ཆར་ལུ་འབབ་པ་སོགས་དང་བསྤྱོད་ནས་
 ས་ལོག་གི་ལུ་ལ་སྤྱུགས་བཅོལ་བ་ཐོས་པ་རེད། ཞིང་སྤྱོད་གྱིས་སྤྱུགས་བཅོལ་བ་ཐོ་
 ཆད་མཐོ་བ་ནས་དམའ་ས་སྟེ། ཞིང་ཁའི་ལུ་དང་ཞིང་ཁའི་འགྲམ་གྱི་བཞུར་ལྷ། བཞུར་
 ལྷགས་ལྷ། རྫིང་ལྷ། ས་ལོག་ལྷ། ལུ་པོ། རང་འབབ་ལྷ། མཆོ་བཅས་ཡིན་པ་རེད།
 (གཞུགས་) སྤྱུགས་བཅོལ་ཐེབས་པའི་ལུ་ཞིང་ཁར་འདྲེན་པ།

ཉེ་བའོ་ལོ་ཤས་རིང་ལ། སྤྱུགས་བཅོལ་ཐེབས་པའི་ལུ་ཞིང་ནང་འདྲེན་
 པའི་ལུ་ཁྱོད་ཆེས་ཆེར་འཕར་ཡོད་པ་མ་ཟད་སྤྱུགས་བཅོལ་ཐེབས་པའི་ལུ་ཉེ་སྤྱུས་
 ཀར་འགྱུར་ལོག་བྱུང་ཏེ། དུག་དང་གཞོད་པ་ཡོད་ཆད་རེ་མཐོར་སོང་བ་རེད།
 སྤྱི་ལོ་༡༩༩༥ལོར་སྤྱུགས་བཅོལ་ཐེབས་པའི་ལུ་ཞིང་ཁར་ལུ་འདྲེན་པའི་ལུ་ཁྱོད་དེ་
 གྲུང་ལུ་ན་ཁྱི་ཆོ་སྤྱུམ་བརྒྱ་དང་དུག་ཅུ་རེ་གཅིག་དང་སྟོང་བརྒྱད་ལ་སྤྱེད་ས་ཡོད་པས།
 ལྷལ་ཡོངས་ཀྱི་སྤྱི་འཛིན་ལུ་འདྲེན་པའི་ལུ་ཁྱོད་གྱི་བརྒྱུ་ཆ་བཅུ་དྲུག་དང་གྲངས་ལྷུང་
 གཞུམ་བཟུང་ཡོད་ཅིང་། གཅིང་བཟོ་བྱས་མེད་པའི་བཅོལ་ལུ་དེ་ཐད་ཀར་ཞིང་
 ཁའི་ནང་སྤྱད་ཡོད་པས། ས་ཞིང་དང་ལོ་ཏྲག་ ས་ལོག་ལྷ་བཅས་ལ་སྤྱུགས་བཅོལ་
 ཆབས་ཆེན་བཟོས་ཡོད་པ་རེད། བཅོལ་ལུ་སྤྱད་ནས་ས་ཞིང་ནང་འདྲེན་པ་དེ་རང་

ཀྱལ་གྱི་ཁྱོད་གསེབ་ཏུ་རྒྱུ་ཁོར་ཡུག་ལ་སྤྲུགས་པའོག་བཟོ་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་གཙོ་བོའི་
བྱས་ཞིག་ཡིན་པ་དང་། དེས་ཐད་ཀར་ཁིང་རྒྱ་འདྲེན་བའི་ས་ཁུལ་གྱི་འབྲུང་རྒྱ་དང་
ཟས་རིགས་ལ་སྤྲུགས་པའོག་བཟོས་པ་རེད།

(བཞི) ལེགས་པ་སྤྲུས་ཞིབ་གཉེར་ཅན་གྱི་གསོ་སྤེལ་ར་བས་སྤྲུགས་པའོག་
བཟོས་པ།

སྡོམ་པ་དང་ག་རིགས་རྟེན་གཞི་འཛུགས་སྒྱུན་བྱེད་བའི་ལས་ཀའི་ལག་ལེན་
བྱས་པ་ནས་བཟུང་། ཁྱོད་ཁྱིམ་དང་ཁྱོད་གསེབ་གྱི་སྤྲུགས་འབྲོག་ལས་སྒོ་དེའི་གཞི་
ཁྱོན་འཕེལ་རྒྱས་བྱུང་སྟེ། ས་གནས་སོ་སོའི་ཁྱོད་ཁྱིམ་གྱི་ཉེ་འདབས་སུ་གསོ་སྤེལ་
ར་བ་ཁག་ཅིག་འཛུགས་སྒྱུན་བྱས་ཡོད་པས། སྡོན་ཁྱོད་གསེབ་ཏུ་ཁ་ཐོར་གསོ་
སྤེལ་བྱེད་པ་དེ་གཅིག་སྟེང་གིས་གསོ་སྤེལ་བྱེད་པར་སྒྱུར། དེས་སྤྲུགས་ཐོག་
གི་གཙོ་རྒྱུག་དང་བཅད་མེད་དོས་པོ་བྱིར་འབྲུད་བྱས་ནས་སྤྲུགས་པའོག་བཟོས་
པ་རེད། རིགས་འདེད་བྱས་ན། སྤྱི་ལོ་༡༩༥༥ལོར་རྒྱལ་ཡོངས་གྱི་སྤྲུགས་ཐོག་
དང་སྒོ་བྱའི་གཙོ་རྒྱུག་གི་ཐོན་ཆད་དེ་ཏུན་དུང་ཟུར་བཙོ་བརྒྱད་དང་བྱེ་བ་བརྒྱད་
ལ་ཟིན་ཡོད་པས། ལོ་དེའི་བཟོ་ལས་སྤྲུག་ཐུགས་བཅད་མེད་དོས་པོ་བྱིར་འབྲུད་
ཆད་གྱི་ལྷ་བ་གསུམ་དང་གྲངས་རྒྱུད་བཞི་ཡིན་ཞིང་། སྤྱི་ལོ་༡༩༥༥ལོར་ཏུན་དུང་
ཟུར་ཉེར་བཞི་དང་བྱེ་བ་བརྒྱད་དང་ས་ཡ་ལྷ་ལ་སྤེབས་ཡོད་པས། ལོ་དེའི་བཟོ་
ལས་གྱི་སྤྲུག་ཐུགས་བཅད་མེད་དོས་པོ་བྱིར་འབྲུད་ཆད་གྱི་ལྷ་བ་གསུམ་དང་
གྲངས་རྒྱུད་དགུ་ཅམ་ཡིན་པ་རེད། ཁིང་ལས་ཐུ་ལྷིས་སྡོན་དཔག་བྱས་པ་ལྟར་ན་
སྤྱི་ལོ་༡༩༩༩ལོར་རྒྱལ་ཡོངས་གྱི་སྤྲུགས་རིགས་དང་སྒོ་བྱའི་གཙོ་རྒྱུག་བྱིར་འབྲུད་

ཚད་དེ་ཏུན་དུང་ཐུར་ཉིར་བདུན་ལས་བརྒྱལ་ཡོད་པས། བཟོ་ལས་སྒྲ་གཟུགས་
བཅུ་མེད་དངོས་པོ་ཐྱིར་འཁུན་ཚད་ཀྱི་ལྷ་བ་གསུམ་དང་གྲངས་རྒྱུད་བཞི་ཡིན་པ་རེད།
(ལྔ) རྟོད་དམངས་ཀྱི་འཚོ་བའི་བཙོག་ཆུ་དང་བཅུ་མེད་དངོས་རིས་སྒྲགས་
བཙོག་བཟོས་པ།

རང་རྒྱལ་ཀྱི་འཚོ་བའི་གད་སྟོགས་ཉ་ཅང་མང་བས། རྟོད་ཁྱིམ་རྟོད་
དམངས་མི་གྲངས་དུང་ཐུར་གསུམ་གྱིས་མི་རིས་ཉིན་རེར་གད་སྟོགས་རྟོད་ཁེ་
ཆིག་རྟོད་བཟོ་བ་དང་། རྟོད་གསེབ་ཀྱི་ཁིང་པ་མི་གྲངས་དུང་ཐུར་དགུ་ཡིས་མི་རིས་
ཉིན་རེར་རྟོད་ཁེ་ལྷ་བརྒྱ་བཟོ་བས། ཉིན་རེར་ཁྱོན་སྟོམ་གད་སྟོགས་ཏུན་བེཾ་བདུན་
ཅུ་དོན་ལྷ་བཟོ་བ་རེད། རྒྱལ་ཡོངས་སུ་ལོ་རེར་སྟོམ་པས་འཚོ་བའི་གད་སྟོགས་ཏུན་
བེཾ་ཉིས་བེཾ་བདུན་རྟོད་སུམ་བརྒྱ་དང་བདུན་ཅུ་དོན་ལྷ་འཕར་ངེས་རེད། འཚོ་བའི་
གད་སྟོགས་བཅུ་རྟོད་བྱེད་ཚད་ཉ་ཅང་དམའ་བས། བཟོ་ལས་གད་སྟོགས་དང་འབྲ་
ཁིང་། མང་ཆེ་བ་དེ་རྟོད་ཁྱིམ་ཉི་འདབས་དང་ཁིང་རྟོད་གི་འགམ་དུ་སྦྱང་ཡོད་པས།
དེས་མོ་ཆོག་པའི་ས་ཁིང་འཁོར་ཆེན་བཟུང་ཡོད་པ་མ་ཟད་དེ་དུང་ནད་དུག་དང་འཁུ་
ཕ་ཁབ་སྒྲིལ་བྱེད་སྲིད་ལ། སྒྲགས་བཙོག་དེ་ས་ཐོག་གི་ཆུ་དང་ས་འོག་གི་ཆུ་ནང་
བལྟར་ནས། རྟོ་དངོས་ཁོར་ཡུག་རྒྱ་ཁྱིན་ངན་པ་བཟོ་བ་རེད། རྒྱལ་ཡོངས་སུ་
མིག་སྒར་གསུམ་ཆ་གཉིས་རྟོད་ཁྱིམ་དེ་གད་སྟོགས་ཀྱིས་བསྐོར་ཡོད་པས།
འཚོ་བའི་གད་སྟོགས་འཁོར་ཆེན་ཐོན་པ་དང་བསགས་པས་རྟོད་གསེབ་ཀྱི་རྟོ་
དངོས་ཁོར་ཡུག་ངན་དུ་སྦྱར་བ་རེད།

གཉིས། བྲིམས་ལུགས་ཀྱི་རྒྱ་རྒྱུན།

བྲིམས་ལུགས་ཀྱི་བྱེད་ཐབས་ནི་སྤྱི་ཚོགས་ཚོན་འཛིན་བྱེད་པའི་རྣམ་པ་
ལྟར་པའི་ཐབས་ཞིག་ཡིན་ཞིང་། རང་རྒྱལ་གྱིས་ཆུའི་ཁོར་ལུག་ལགས་པའོས་
གཏོང་ཆེད། དུས་རབས་ཉི་ཤུ་བའི་ལོ་རབས་པདུན་ཅུན་ས་བཟུང་གྲུང་དུ་མི་དམངས་
སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་ཁོར་ལུག་སྤྱི་ཚོང་བཅའ་བྲིམས་ཞེས་པ་གཙོ་བོ་བྱས་པ་དང་།
གྲུང་དུ་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱི་སླགས་པའོག་ཆུ་བཟོས་པར་བའོས་སྤྱི་
བྱེད་པའི་བཅའ་བྲིམས་ཞེས་པ་སོགས་འབྲེལ་ཡོད་བྲིམས་ལུགས་དང་བྲིམས་སྒྲིལ་
རབ་དང་ཇིས་པ། དམིགས་ཚད་ལས་གྲུབ་པའི་སླགས་པའོག་ཆུ་བཟོས་སྤྱི་
བྱེད་པའི་བཅའ་བྲིམས་མ་ལག་ཀླགས་ཟེན། འོན་ཀྱང་ཞིང་ལས་ཀྱིས་ཆུ་སླགས་
པའོག་བཟོས་པར་བའོས་སྤྱི་བྱེད་པའི་གཏན་འབེབས་དངོས་དེ་ཚོན་ལྟར་བྱེད་
མེད་པ་དང་ཆད་ལྷག་ཏུ་ཡོད་པས། ད་ལྟར་ལག་ལེན་བྱེད་བཞིན་པའི་སླགས་པའོག་
ཆུ་བཟོས་སྤྱི་བྱེད་པའི་བཅའ་བྲིམས་མ་ལག་ནང་ཞིང་ལས་ཀྱིས་སླགས་པའོག་
བཟོས་པར་བའོས་སྤྱི་བྱེད་ཚད་ཅུང་ཞན་པ་རེད། དོན་དངོས་ནས་བཤད་ན། རང་
རྒྱལ་གྱིས་ད་ལྟར་ལག་ལེན་བྱེད་བཞིན་པའི་སླགས་པའོག་ཆུ་བཟོས་སྤྱི་བྱེད་པའི་
བྲིམས་འཇུགས་ཅ་དོན་དང་ལས་ལུགས་སྒྱུར་པ་དེ་ཚོང་མ་གྲོང་ཁྱེད་གཙོ་བོ་
བྱས་ཡོད་པས། གྲོང་གསེབ་ཏུ་བེད་སྤྱོད་བྱེད་པ་ཅུང་ཅུང་པ་རེད། གྲོང་ཁྱེད་ཀྱི་སླགས་
པའོག་ཆུ་བཟོས་སྤྱི་བྱེད་པའི་བྲིམས་འཇུགས་ཁྲིད་སྟོན་པས་མ་གློད་ས་མཇུག་སྟེ་
ནས་ཚོན་འཛིན་བྱེད་པ་དང་ས་ཆ་བགོས་ནས་ཚོན་འཛིན་བྱེད་པ་གཙོ་བོ་བྱས་ཡོད་པས།
སླགས་པའོག་འབྱུང་ཅ་ཞིང་ལས་ཡིན་པ་དེར་ཚོན་འཛིན་བྱེད་ཚད་མཐོང་རྒྱུ་བྱས་
ཡོད་པ་རེད། དེ་མིན་སླགས་པའོག་ཆུ་བཟོས་སྤྱི་བྱེད་པའི་མ་ལག་འབྲས་ཚད་

བཏང་མེད་པ་དང་། གྲོང་གསེབ་ཀྱི་སྤྲུགས་བཅོམ་ཚུད་དམ་བྱེད་པའི་ལམ་ལུགས་
 ཞན་པ་དེས་ཡང་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་སྤྲུགས་བཅོམ་ཚུད་སྒྲོར་གྱི་ཁྲིམས་ལུགས་འགན་
 འཁུན་གཏན་འབེབས་བྱས་མེད་པ་རེད། གྲོང་གི་གནས་ཚུལ་དེ་ཚོས་ངེས་པར་དུ་
 ཁོར་ལུགས་སྤྱང་སྤྱང་བྱེད་པའི་ཁྲིམས་འཛིན་གོ་རིམ་ནང་ཁྲིམས་ལྟར་ལག་ལེན་བྱེད་ས་
 མེད་པའི་གནས་ཚུལ་འབྱུང་གི་དུས་ལ། གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ཚུ་སྤྲུགས་བཅོམ་ཐེབས་
 ཚད་ཉིན་རེ་བཞིན་རྒྱ་ཆེ་བར་སྐྱར་བ་རེད།

གསུམ། ངོས་འཛིན་རྒྱ་རྒྱུན་དང་ཐོན་ལས་སྤྲིག་གཞིའི་རྒྱ་རྒྱུན།

(གཅིག) ངོས་འཛིན་གྱི་རྒྱ་རྒྱུན།

ཞིང་ལས་ཀྱིས་སྤྲུགས་བཅོམ་བཅོས་པ་དེས་ཚུད་ཁོར་ལུགས་ལ་གཏོར་བཤིག་
 ཐེབས་ཚད་ཉིན་རེ་བཞིན་ཚབས་ཆེ་བ་རེད། ལྷོ་ངོས་ནས་བལྟས་ན་གྲོང་གི་བྱ་
 སྤྱོད་ཀྱིས་ཚུལ་སྤྲུགས་བཅོམ་བཅོས་བཡིན་བསམ་མོད། འོན་ཀྱང་གཏིང་ཟབ་
 པའི་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་བལྟས་ན། དེ་ནི་མི་རྒྱུས་ཀྱིས་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ཁོར་ལུགས་ལ་སྤྲུགས་
 བཅོམ་ཐེབས་པར་མཐོང་རུང་བྱས་པའི་དབང་གིས་བཅོས་པ་རེད། ཚང་མས་
 ཤེས་གསལ་ལྟར། གྲོང་ཁྲིའ་ལ་སྤྲུགས་བཅོམ་ཐེབས་པར་བཅོས་སྤྱོད་བྱེད་པ་
 དེ་ལོ་རབས་ཉི་ཤུ་བ་ནས་འགོ་རྒྱུགས་ཡོད་མོད། འོན་ཀྱང་གྲོང་གསེབ་ཀྱིས་སྤྲུགས་
 བཅོམ་བཅོས་སྤྱོད་བྱེད་པ་དེ་གྲོས་རིམ་ཉིན་ཐོའི་ཐོག་བཞག་མེད་པ་མ་ཟད་བྱ་
 སྤྱོད་དང་ཕན་ཡོད་ཀྱི་བྱེད་ཐབས་མངོན་གསལ་མེད་པ་རེད།

(གཉིས) ཐོན་ལས་སྤྲིག་གཞིའི་རྒྱ་རྒྱུན།

གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ཚུལ་སྤྲུགས་བཅོམ་བཅོས་བའམ་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ཁོར་ལུགས་

དོན་ཚན་གཉིས་པ།

གྲོང་གསེབ་གྱི་སྤྲུགས་བཅོག་ཚུ་བཅོས་སྦྱང་བྱེད་པ།

གཅིག་གྲོང་གསེབ་གྱི་སྤྲུགས་བཅོག་ཚུ་བཅོས་སྦྱང་བྱེད་པའི་ཐབས་

རུས།

ཙ་པའི་ཐོག་ནས་རང་རྒྱལ་གྲོང་གསེབ་གྱི་སྤྲུགས་བཅོག་ཚུ་བཅོས་སྦྱང་བྱེད་དགོས་ན། དེས་པར་དུ་གྲོང་གསེབ་གྱི་ཐོན་ལས་སྤྲིག་གཞི་ལེགས་འགྱུར་ཡོང་བ་བྱས་ནས། རང་རྒྱལ་གྱིས་གྲོང་གསེབ་གྱི་སྤྲུགས་བཅོག་ཚུ་བཅོས་སྦྱང་བྱེད་པའི་ཐད་གྱི་ཁྲིམས་འཇུགས་རྒྱན་མི་ཆད་པར་འཇུས་ཆང་བཏང་བ་དང་། རིམ་བཤུགས་གི་སྤྱིད་འཛིན་སྟེ་ཁག་གིས་དོ་དམ་བྱེད་པར་ལུགས་སྟོན་བརྒྱབ་ནས། རྒྱ་ཆེའི་མི་དམངས་མང་ཚོགས་གྱིས་ཁོར་ལུག་སྦྱང་སྦྱང་བྱེད་པའི་འདུ་ཤེས་མཐོ་རུ་གཏོང་དགོས་པ་རེད། དོན་དངོས་ནས་བཤད་ན། གཤམ་གྱི་ཕྱོགས་ཁ་གསལ་ནས་ལས་ཀ་སྤྲོད་ཆོག་པ་རྟེ།

(གཅིག) གྲོང་གསེབ་གྱི་སྤྲུགས་བཅོག་ཚུ་བཅོས་སྦྱང་བྱེད་པའི་ཁྲིམས་ལུགས་མཐུག་འཇུས་ཆང་གཏོང་བ།

རང་རྒྱལ་གྱིས་གྲོང་གསེབ་གྱི་སྤྲུགས་བཅོག་ཚུ་བཅོས་སྦྱང་བྱེད་པའི་ཁྲིམས་འཇུགས་བྱེད་པར་ད་དུང་ཅུང་གསལ་པའི་གཏན་འབེབས་ཞིག་མེད་པར་བརྟེན། ཁྲིམས་འཛིན་བྱེད་པའི་གོ་རིམ་ནང་ལག་ལེན་བྱེད་དཀའ་བས། གྲོང་གསེབ་གྱི་

རྩེ་ཁོར་ཡུག་སྤངས་ཕྱིན་ཕྱིན་པའི་ཕན་འབྲས་ཡག་པོ་བློ་མེད་པ་རེད། དེར་བརྟེན།
 རང་རྒྱལ་གྱིས་ད་ལྟའི་དུས་རིམ་གྱི་དགོས་མཁོ་ཆེ་བའི་ལས་འགན་ནི་གྲོང་གསེབ་
 གྱི་སྤྲུག་ས་བཅོག་ཆུ་བཅོས་སྦྱོང་བྱེད་པའི་སྒོར་གྱི་ཁྲིམས་ལུགས་མ་ལག་ཞིག་བཙུགས་
 བ་ནས། དུ་སྦྱོང་སྤེལ་བར་ཁྲིམས་ལུགས་ཐད་གཞི་འཛིན་ས་ཞིག་ཡོད་པ་བྱས་ཏེ།
 གྲོང་གསེབ་གྱི་རྩེ་ཁོར་ཡུག་ལ་དངོས་སུ་སྤངས་ཕྱིན་ཕྱིན་པའི་དགོས་པ་དེ་རེད།

རང་རྒྱལ་གྱི་གྲོང་གསེབ་སྤྲུག་ས་བཅོག་ཆུ་བཅོས་སྦྱོང་བྱེད་པའི་བཅའ་
 ཁྲིམས་གྱི་ཅ་བའི་ལམ་ལུགས་དེ་ནི་རྒྱང་དུ་མི་དམངས་སྤྱི་མཐུན་རྒྱལ་ཁབ་གྱི་སྤྲུག་ས་
 བཅོག་ཆུ་བཅོས་སྦྱོང་བྱེད་པའི་བཅའ་ཁྲིམས་ནང་གཏན་འབེབས་བྱས་པའི་སྤྱིར་
 བཏང་གི་སྤྲུག་ས་བཅོག་ཆུ་བཅོས་སྦྱོང་བྱེད་པའི་ཅ་བའི་ལམ་ལུགས་གྱི་ནང་ཡིན་
 དགོས་པ་དང་། ཞིང་ལས་འཁེལ་རྒྱས་གཏོང་བའི་དོན་དངོས་གནས་ཚུལ་དང་གྲོང་
 གསེབ་གྱི་སྤྱི་ཡོངས་ལ་སྤྲུག་ས་བཅོག་བཅོས་པའི་རྒྱ་སྤོང་དང་བྱང་འབྲེལ་བྱས་ནས།
 ཅ་བའི་ལམ་ལུགས་དེ་སྤར་ལས་བྱེ་བྱུག་ཏུ་དབྱེ་ནས། ཡུལ་ཚོ་དང་གྲོང་རྒལ་ཁེ་
 ལས་གྱིས་འཛུགས་སྐྱོན་བྱེད་པ་འཆར་འགོད་བྱེད་དུས་ཁོར་ཡུག་ལ་གདེང་འཛིན་
 བྱེད་པའི་ལམ་ལུགས་དང་དུས་མཚུངས་གསུམ་ཞེས་པའི་ལམ་ལུགས་ལ་བརྩི་འཛིན་
 བྱེད་དགོས་པ་དང་། སྤྱིད་འཛིན་གཙོ་གཉེར་སྡེ་ཁག་གིས་གྲོང་བའི་རྒྱ་ལ་དུས་ཚོད་
 གཏན་འཁེལ་བྱས་ནས་ལྟ་སྒྲུལ་ཐིག་ལེན་བྱེད་པ་དང་རྒྱ་སྤངས་ཕྱིན་ཕྱིན་པའི་སྤྱིད་དོན་
 ཡོངས་བསྐྱགས་བྱས་ནས། སྤྱོད་འཇུག་བྱེད་པའི་རྒྱ་ལ་བསགས་བཅོག་བཅོས་པའི་
 དོན་སྤྱོད་ཡར་ཁུ་བྱེད་པ་དང་མཁོ་བསྐྱུན་སྦྱོང་བའི་ལམ་ལུགས་སོགས་འཛུགས་
 དགོས། དེ་མིན་གྲོང་གསེབ་གྱི་སྤྲུག་ས་བཅོག་ཆུ་བཅོས་སྦྱོང་བྱེད་དུས་ཁྲིམས་ལུགས་

ཐད་ཀྱི་འགན་འཁེལ་ལམ་ལུགས་ནང་གི་གཏན་འབེབས་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་དགོས་
པ་རེད།

གསལ་བོར་བཤད་དགོས་པ་ཞིག་ནི་རང་རྒྱལ་གྱིས་གོང་གསེབ་ཀྱི་སྒྲགས་
བཅོམ་བཅོས་སྒྲིང་བྱེད་པའི་ཁྲིམས་འཇུགས་བྱེད་པའི་ནང་གོང་གསེབ་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་
བསྐྱར་གསོ་བྱེད་པའི་འགན་ཁུར་པའི་ལམ་ལུགས་གིག་འཇུགས་ནས། ཁེ་ཕན་
རྒྱ་ཆེན་ཐོབ་པའི་ལག་ནས་མ་དདུལ་ཁ་གས་སྤངས་ནས་གོང་གསེབ་ཀྱི་ཉིན་རེ་
བཞིན་ཆབས་ཆེ་བའི་ཁོར་ཡུག་གི་གནད་དོན་ཐད་སྒྲིང་བའམ་ཁེ་ཕན་ཐོབ་མ་ཐོབ་ཀྱིས་
གོང་གསེབ་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་སྐྱར་གསོ་བྱེད་པའི་ཐེབས་ཅུ་ཞིག་བཅུགས་ནས། ཐེབས་
ཅུ་དེ་སྤྱད་ནས་གོང་གསེབ་ཏུ་སྒྲགས་བཅོམ་ཐེབས་པའི་གནད་དོན་ཐག་གཅོད་
བྱེད་པ་དང་། གོང་གསེབ་ཀྱི་ཅུང་བཟང་བའི་སྒྲིང་དོས་ཁོར་ཡུག་བསྐྱར་གསོ་བྱེད་
དགོས་པ་རེད།

(གཉིས་) གྲིང་འཛིན་གཅོག་ཉེར་སྡེ་ཁག་གིས་ལྷ་སྐྱལ་རྩལ་ལུགས་མཐོ་རུ་གཏོང་བ།
རང་རྒྱལ་གོང་གསེབ་ཀྱི་སྒྲགས་བཅོམ་ཆུ་བཅོས་སྒྲིང་བྱེད་པའི་གོ་རིམ་
ནང་། རིམ་བཤུགས་གི་གྲིང་འཛིན་དོ་དམ་སྡེ་ཁག་གིས་ཁོར་ཡུག་དོ་དམ་བྱེད་སྒྲིལ་
བ་དེ་གོང་གསེབ་ཀྱི་ཆུའི་ཁོར་ཡུག་སྤང་སྒྲིང་བྱེད་པའི་ནང་ཉུང་གལ་ཆེ་བ་རེད།
དེར་བརྟེན། རིམ་བཤུགས་གི་གྲིང་འཛིན་དོ་དམ་སྡེ་ཁག་གིས་གོང་གསེབ་ཀྱི་ཆུ་ལ་
སྒྲགས་བཅོམ་ཐེབས་པའི་གནས་ཚུལ་དང་བྱུང་འབྱེད་ཀྱིས་བསྟན་ནས། རང་ཉིད་ཀྱི་གྲིང་
འཛིན་དོ་དམ་རྩལ་ལུགས་རྒྱ་མི་ཆད་པར་མཐོ་རུ་གཏོང་དགོས་པ་དང་། གོང་
གསེབ་ཀྱི་ཆུའི་ཁོར་ཡུག་སྤང་སྒྲིང་བྱེད་པའི་ལས་ཀ་ཡག་པོ་སྤྱོད་དགོས་པ་རེད།

(གསུམ) སྤྲུལ་པ་ཅོག་ཀྱང་པཅོས་སྤྱོད་བྱེད་པའི་ལས་ཀ་དེ་གཅིག་གྱུར་གྱིས་འཕེལ་
ཀྱས་གཏོང་བའི་འཆར་འཁོད་ནང་འཁོད་པ།

ཟེམ་པ་ཁག་གི་མི་དམངས་སྤྱིད་གཞུང་གིས་སྤྲུལ་པ་ཅོག་ཀྱང་པཅོས་སྤྱོད་
བྱེད་པའི་ལས་ཀ་དེ་གཅིག་གྱུར་གྱིས་གྲོང་གསེབ་འཕེལ་ཀྱས་གཏོང་བའི་སྤྱིའི་
འཆར་འཁོད་ནང་འཛིན་དགོས་པ་རེད། རང་རྒྱལ་གྱི་དཔལ་འབྱོར་ལྷན་ཁྲུང་འཕེལ་
ཀྱས་བྱུང་བ་དང་བསྟན་ནས། གྲོང་ཁྱིམ་འཕེལ་ཀྱས་གཏོང་བའི་གཞི་བྱོན་རྒྱུ་མི་
ཆད་པར་རྒྱ་ཆེར་བཏང་བ་མ་ཟད་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་གྲོང་རྒྱལ་ཅན་དུ་འཛུགས་སྦྱར་བྱེད་
པའི་གནས་ཚུལ་ཡང་མཛོན་གསལ་ཡིན་པ་རེད། དེའི་གོ་ཟེམ་ནང་རང་རྒྱལ་གྱི་ཟེམ་
པ་ཁག་གི་སྤྱིད་གཞུང་གིས་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་གྲོང་རྒྱལ་ཅན་དུ་འཕེལ་ཀྱས་གཏོང་བའི་
གནས་ཚུལ་ལ་མཐོང་ཆེན་ཆད་མཐོན་པོ་གནང་ནས། དེ་སྤྱིད་གཞུང་གིས་ཕན་ཡོད་
ཀྱིས་འཆར་འཁོད་བྱེད་པའི་ནང་གོམ་སྟབས་བཏན་པོའི་སྒོ་ནས་འཕེལ་ཀྱས་ཡོང་
བ་བྱེད་དགོས། དེ་དང་འདྲ་བར་སྤྱིད་གཞུང་གིས་འཕེལ་ཀྱས་གཏོང་བའི་འཆར་འཁོད་
ནང་སྤྱང་མེད་དུ་འཛིན་མི་ཆོག་པ་ཞིག་ནི་འཕེལ་ཀྱས་གཏོང་བའི་གོ་ཟེམ་ནང་སྤྲུལ་
པ་ཅོག་ཀྱང་པཅོས་སྤྱོད་བྱེད་པའི་ལས་ཀ་འི་སྒོར་ཡིན་པ་རེད། ས་གནས་སོ་སོའི་གྲོང་
གསེབ་ཀྱིས་གྲོང་གསེབ་འཕེལ་ཀྱས་གཏོང་བའི་གོ་ཟེམ་ནང་ཞིང་ལས་ཐོན་སྐྱེད་
དང་གྲོང་རྒྱལ་འཕེལ་ཀྱས་གཏོང་བ། ཁོར་ཡུག་སྤྱོད་བྱེད་པའི་ལས་ཀ་བཅས་
མཐུན་སྦྱོར་གང་ལེགས་བྱས་ནས། ལྷག་པོ་ཆེན་གྱིས་སྤྱོད་དོན་ཞིང་ལས་འཕེལ་ཀྱས་
གཏོང་བ་དང་སྤྱོད་དོན་གྲོང་རྒྱལ་འཆར་འཁོད་དང་འཛུགས་སྦྱར་བྱེད་པའི་ལས་ཀ་
ལག་པོ་སྦྱར་ནས། གྲོང་གསེབ་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་དང་སྤྱི་ཆོག་སྤྱོད་པའི་ལས་ཀ་

སྒྲེལ་མཐུན་དུ་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་བར་སྒྲེལ་མ་གཏོང་དགོས།

(བཞི) ལུ་གྲོན་ལྷན་ཅན་གྱི་ཞིང་ལས་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་དགོས་པ།

རང་རྒྱལ་གྱི་ཞིང་ལས་ཐད་ལོ་རེར་སྔོན་པའི་ལྷན་པོ་དེ་རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ལྷན་པོ་དེ་
བྱེད་ཚད་ཀྱི་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱད་ཅུ་བཟུང་ཡོད་པས། ལུ་གྲོན་ཚད་ཆེས་མང་བ་དེ་རེད།
ལུ་གྲོན་ལྷན་ཅན་གྱི་ཞིང་ལས་འཕེལ་རྒྱས་བཏང་ན་ཞིང་ལས་ཐད་སྔོན་པའི་ལྷན་
པོ་དེ་གཏོང་བུ་བ་དང་ལྷན་པོ་ཐོག་ཁུངས་པོ་དེ་སྔོན་བྱེད་ཚད་ཡང་རྒྱ་གཞིར་བཏང་
དུས་མཚུངས་སུ་རྒྱ་ཆ་ལྷན་པོ་དེ་གཉིས་ལྷན་པོ་འདྲེས་ནས་པན་
ལུས་ཤོར་ཚད་རྒྱ་གཞིར་བཟུང་། དེ་ནས་བཟུང་དེས་ལྷན་པོ་ཁོར་ལུག་ལ་
སྒྲེལ་བཅོག་བཅོ་ཚད་ཡང་རྒྱ་ཆ་འགྲོ་བ་རེད། ཞིང་ལས་ཐད་ལུ་གྲོན་ལྷན་པོ་
དུས་བྱེད་ཐབས་ལེན་ཆོག་པ་རྟེན།

༡. སྔོན་དོན་སྤྲོད་བྱེད་པར་ལྷགས་སྒྲོན་བརྒྱབ་ནས། ཞིང་དོར་ནགས་
སྒྲེལ་དང་རྩ་འདེབས་པའི་འདུ་འགོད་མཛོན་འཁུར་ཡོང་བ་བྱེད་དགོས། རྩ་འདེབས་
འཛུགས་བྱེད་པ་དང་ནགས་ཚལ་སྒྲོན་པ་སོགས་བྱེད་ཐབས་ལག་ལེན་བྱེད་པ་བརྒྱད་
ནས། ས་ལྷན་པོར་བར་འགོག་སྤྲོད་བྱེད་དགོས།

༢. དཔལ་འབྱོར་སྒྲིག་གཞི་ལགས་སྒྲིག་བྱས་ནས་ལུ་གྲོན་ལྷན་པོ་
པའི་ལག་རྩལ་བྱེད་པ་གཏོང་བ་དང་། ལུ་གྲོན་ལྷན་པོ་དེ་པའི་བྱེད་ཐབས་འཕུས་
ཚད་གཏོང་བ་བརྒྱད་ནས་ལྷགས་ཆེན་གྱིས་ཞིང་ནང་ལྷན་པོར་པའི་ལག་རྩལ་བྱེད་
སྒྲེལ་གཏོང་དགོས། ལྷགས་དང་མཐུན་པའི་ཞིང་ལྷན་པོ་དེ་པའི་ལྷན་པོ་དེ་དང་
ཆོན་རིག་དང་མཐུན་པའི་སྒྲོན་པ་ལྷན་པོ་ཞིང་པའི་ནང་བྱེད་ནས། ཞིང་ལྷན་པོ་དེ་པའི་ལྷན་

རག་གི་རྣམ་པ་མཐོ་རྒྱ་གཏོང་བ་དང་ཆུ་ཤེད་སྟོད་ཤེད་ཚད་མཐོ་རྒྱ་བཏང་ནས་ཆུ་
གར་ཡོད་ཀྱིས་འཕྲོ་བརྒྱུག་འཕྲོ་ཚད་རྗེ་ཉེ་གཏོང་དགོས།

(ལྔ) སྟེ་དངོས་ཁིང་ལས་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་དགོས་པ།

དང་ཐོག་གོང་གསེབ་ས་ཁུལ་མང་ཉིད་ཀྱི་ཁྱད་ཆོས་དང་ཟུང་འབྲེལ་བྱས་ནས།
སྟེ་དངོས་བཅོས་སྟེར་ལག་ཅུལ་དང་སྟེ་དངོས་དོ་མཉམ་ཀྱིས་ལུད་ཇུས་སྟོད་པའི་ལག་
ཅུལ་ལག་ལེན་བྱས་ནས། འཕྱུར་ཅུ་ནས་ཁིང་སྒྲན་དང་ཇུས་འཕྱུར་ལུད་འཕོར་ཆེན་
ཤེད་སྟོད་ཤེད་པ་ཚོད་འཛིན་ཤེད་དགོས། དོན་དངོས་ནས་བཤད་ན། ཁིང་སྒྲན་ཆོད་
འཛིན་ཤེད་པའི་ཐད་ཤེད་ཐབས་ལེན་ཆོག་པ་སྟེ། སྟེ་དངོས་ནད་འབྲུ་འགོག་བཅོས་
ཤེད་པའི་ལག་ཅུལ་གསར་སྟོལ་དང་ཁུབ་སྟེལ། ཤེད་སྟོད་བཅས་བྱས་ནས། སྟེ་
ལུན་ཁིང་སྒྲན་ཤེད་སྟོད་ཤེད་ཚད་ཉེ་འཕྲོ་གཏོང་བ་དང་རྣམ་མཚུངས་སུ་ཐན་རྣམ་
མང་པའི་འབྲུ་གནོད་འགོག་པའི་ཁིང་སྒྲན་ཤེད་སྟོད་ཤེད་པར་ཁིང་འཇུག་བྱས་ནས།
རྒྱལ་འདྲེས་ཚད་ཉེ་བ་དང་ཐན་རྣམ་མཐོ་བ། ལྷག་ལུས་ལུང་ཚད་དཔལ་པའི་ཁིང་
སྒྲན་གསར་བ་འཕེལ་རྒྱས་བཏང་ནས། སྒྲན་ཤེད་སྟོད་ཤེད་པའི་ལག་ཅུལ་མཐོ་རྒྱ་
གཏོང་བ་དང་ལུགས་མཐུན་ཀྱིས་ཁིང་སྒྲན་ཤེད་སྟོད་གཏོང་དགོས། ཇུས་འཕྱུར་
ལུད་ཀྱིས་སྒྲགས་བཅོག་བཟོས་པར་མཁོ་བརྩུན་སྟོང་ཐབས་སྟེ། ཇུས་འཕྱུར་ལུད་
རིགས་ཀྱི་སྒྲིག་གཞི་ལེགས་སྒྲིག་ཤེད་ཚད་རྗེ་མཁོ་གས་སུ་བཏང་ནས། ཐན་རྣམ་
མཐོ་བ་དང་འདྲེས་སྟོར་ཀྱི་ཇུས་འཕྱུར་ལུད་གསར་པའི་རིགས་ཤེད་སྟོད་ཤེད་པའི་
རྣམ་མཚུངས་སུ་སྟེ་ལུན་འདྲེས་སྟོར་ལུད་ཤེད་སྟོད་བྱས་ནས། ལུགས་ཆེན་ཀྱིས་
སྟེ་དངོས་ལུད་ཇུས་ཁུབ་སྟེལ་གཏོང་བ་དང་། ལུགས་ཚལ་སྒྲན་པ་དང་ཤིང་འཇུགས་

པ། རྩ་འདེབས་པ་བཅས་ལ་བྱགས་སྟོན་བརྒྱབ་སྟེ། རྩུ་དངོས་ཁེབས་ཚད་རྒྱ་
ཆེར་བཏང་ནས། ས་རྩུ་ཤོར་བ་དང་ལུད་རྩ་རྩུ་ནང་འབྲེས་ནས་ས་འོག་ཏུ་བཞུར་
བ་འགོག་སེལ་བྱེད་དགོས།

དེ་འཕྲོར་དཔལ་འཕྲོར་བྱེད་ཐབས་ཁ་ཤས་སྒྲུངས་ནས་རྩ་ལྟུང་ལུད་དང་
ཞིང་སྟོན་འཕོར་ཆེན་བེད་སྟུང་བྱེད་པར་ཆོད་འཛིན་བྱེད་དགོས། དར་ཞིང་རྒྱས་བའི་
རྒྱལ་ཁབ་ཁ་ཤས་ཀྱིས་ཞིང་ལས་ཐད་སྟུང་པའི་རྩ་ལྟུང་ལུད་དང་འབྲེས་ནད་འགོག་
སྟོན་ཐད་ཁལ་དཔལ་བསྟུ་ལེན་བྱེད་བཞིན་པའམ་བྱེད་རྒྱའི་བསམ་སྟོབ་བཏང་ནས།
ཁལ་འཇལ་མཁན་ལ་ཁོར་ཡུག་ལ་གཞོད་པ་སྟེལ་བའི་ལས་རིམ་མཐ་བྱེད་སྟོན་སྟེལ་
ཚད་ཉུང་འཕྲི་གཏོང་བར་སྟུལ་མ་བཏང་བ་དང་། དེས་ད་དུང་ཐོན་ལས་འཕོ་
འཁྱུར་གཏོང་བར་ཁྱིད་སྟོན་བྱེད་ཆོག་པ་རེད།

(ལྷག) ཡུལ་ཆོད་དང་གོང་རྒྱལ་ཁེལ་ས་ཀྱིས་སྒྲགས་བཅོག་རྒྱ་བཅོས་སྟུང་བྱེད་པའི་རྒྱ་
ཚད་མཐོ་རུ་བཏང་ནས། ཁོར་ཡུག་དོད་མ་བྱེད་པར་བྱགས་སྟོན་རྒྱག་དགོས་པ།

བཅོས་སྒྱུར་སྟོན་འབྱེད་བྱས་ནས་བཟུང་། ཡུལ་ཆོད་དང་གོང་རྒྱལ་ཁེལ་ས་དེ་
དབྱར་མཆོ་རྒྱས་པ་ལྟར་འཕེལ་རྒྱས་བྱུང་ཡོད་པ་རེད་མོད། འོན་ཀྱང་ཡུལ་ཆོད་དང་
གོང་རྒྱལ་ཁེལ་ས་ཀྱི་ཁུབ་རྒྱལ་ཁ་ཐོར་ཡིན་པ་དང་གཞི་ཁྱོན་རྒྱུང་བ། བདག་གཉེར་
རགས་ལས་པ་སོགས་ཡིན་པའི་དབང་གིས། དེས་དམིགས་ཚད་ལ་སྒྲིབས་མེད་
པའི་རྒྱ་གང་མོས་སུ་བྱིར་འབུད་བྱས་པའི་གནས་རྒྱལ་ཏུ་ཅང་ཚབས་ཆེ་བ་དང་།
མཐའ་འཁོར་ས་ཁུལ་གྱི་རྒྱའི་ཁོར་ཡུག་ལ་སྒྲགས་བཅོག་ཚབས་ཆེན་བཟོ་ཡོད་པ་
རེད། དེ་མིན་གོང་ཁྱེར་གྱིས་ཁོར་ཡུག་སྒྲགས་བཅོག་བཟོས་པར་ཆད་གཅོད་ནན་

བོ་བྱས་པར་བརྟེན། སྤགས་བཙུག་བཟོ་ཆད་ཆ་བས་ཆེ་བའི་ཁེ་ལས་མང་བོ་གྲོང་ཁྱེར་
 ཉེ་འདབས་ཀྱི་གྲོང་རྒལ་རྒྱུ་རྒྱུ་ནང་སྤོས་ཡོང་ཡོད་པས། དེ་ནས་གྲོང་གསེབ་ལ་
 སྤགས་བཙུག་བཟོ་ཆད་དེ་གྲོང་ཁྱེར་ལས་ཆེ་བ་རེད། དེར་བརྟེན་ཡུལ་ཆོ་དང་གྲོང་
 རྒལ་ཁེ་ལས་ཀྱིས་སྤགས་བཙུག་རྒྱུ་རྒྱུ་འབྲུད་བྱེད་པའི་གནས་ཚུལ་ལ་ལྟ་སྦྲུལ་དོ་
 དམ་ནན་བོ་བྱེད་དགོས་པ་མ་ཟད། ཁེ་ལས་སོ་སོས་སྤགས་བཙུག་རྒྱུ་བཙུག་སྐྱོད་བྱེད་
 བའི་ལག་རྩལ་རིམ་གྱིས་མཐོ་རུ་བཏང་ནས། སྤགས་བཙུག་རྒྱུ་དེ་གྲོང་གསེབ་ཀྱི་
 རྒྱུ་ཁོར་ཡུག་ནང་ཐད་ཀར་འབྲུད་གཏོང་བྱེད་ཆད་ཏུང་འཕྲི་གཏོང་དགོས།
 (བདུན) སྤགས་ཐོག་དང་ཁྱིམ་བྱག་སྤྲེལ་ཆོད་འཛིན་བྱས་པ་དེས་རྒྱལ་སྤགས་བཙུག་
 བཟོས་པ།

རིམ་པ་ལག་གི་བྱིད་འཛིན་གཙོ་གཉེར་སྤྲེལ་ལག་གིས་སྤགས་ཐོག་དང་ཁྱིམ་
 བྱག་སྤྲེལ་བྱས་ནས་སྤགས་བཙུག་བཟོས་པ་བཙུག་སྐྱོད་བྱེད་པར་ལག་ལེན་བྱེད་
 ཆོག་པའི་བྱེད་ཐབས་སྤྲེ། གཅིག་ནི་གསོ་སྤྲེལ་ལས་རིགས་ཀྱི་གཞི་ཁྱོན་ལ་ཚན་རིག་
 དང་ལུགས་མཐུན་གྱིས་འཆར་འགོད་བྱས་ནས། སྤྲེལ་ཐོས་ཅན་གྱི་གསོ་སྤྲེལ་ར་བ་
 འཛུགས་སྐྱུན་བྱེད་དགོས་པ་དང་། གཉིས་ནི་བདག་གཉེར་བྱེད་མ་ཐན་གྱིས་སྤགས་
 གཅིན་གཅོད་ཐེལ་བྱེད་ཐབས་ལེགས་འགྱུར་ཡོང་བ་བྱས་ནས། སྤགས་ཐོག་དང་
 ཁྱིམ་བྱུག་གཅིན་དེ་སྤྲེལ་སྤྲེལ་བེད་སྤྲོད་བྱེད་དགོས་པ། གསུམ་ནི་ཁོར་
 ཡུག་སྤྲེལ་ལག་གིས་དོ་དམ་དང་ལྟ་སྦྲུལ་ནན་བོ་བྱེད་དགོས་པ། བཞི་ནི་སྤགས་ཐོག་
 དང་ཁྱིམ་བྱུག་སྤྲེལ་ར་བའི་དཔེ་སྟོན་འདུ་འགོད་འཛུགས་སྐྱུན་བྱས་ནས། དགོ་
 མཚན་ལྟན་པའི་ཉམས་སྦྱོང་དེ་རིམ་གྱིས་བྱེད་སྤྲེལ་གཏོང་དགོས་པ་བཙས་རེད།

(བརྒྱ) སྐུགས་བཅོག་ཁྱེད་ཁར་འདྲེན་པར་དོ་དམ་བྱེད་པར་གྲགས་སྟོན་རྒྱལ་
དགོས།

སྐུགས་བཅོག་ཁྱེད་ཁར་འདྲེན་པ་དེ་ཞིང་ལས་དང་ཁྱེད། གྲོང་ཁྱེར་
འཛུགས་སྐྱོན། ཁོར་ལུག་སྤྱང་སྤྱོད་སོགས་སྡེ་ཁག་མང་པོ་དང་འབྲེལ་བ་ཡོད་པ་
རེད། དེར་བརྟེན་མིག་སྤྱད་སྐུགས་བཅོག་ཁྱེད་ཁར་འདྲེན་པར་དོ་དམ་བྱེད་པའི་
མཐུན་སྦྱར་ལས་ཁུངས་ཞིག་འཛུགས་པ་དང་ལྷག་པར་དུ་ཁྱེད་དང་ཞིང་ལས་སྡེ་
ཁག་གིས་ཁྱེད་སྐུགས་ཀར་ལྷ་སྤྱོད་ཐིག་ལོན་བྱེད་པར་གྲགས་སྟོན་བརྒྱུ་བ་ནས། གྲགས་
ཆེན་གྱིས་སྐུགས་བཅོག་ཁྱེད་ཁར་འདྲེན་པ་དེ་སྟོན་ལ་ཁྱེད་སྐུགས་ཀ་ཐག་གཅོད་
བྱེད་པའི་ལག་ཅུལ་ཁྱབ་སྤེལ་བ་ཏང་ནས། སྐུགས་བཅོག་ཁྱེད་ཁར་འདྲེན་པའི་
ལག་ཅུལ་ཞིབ་འཛུགས་བྱེད་སྒོ་ཁྱོད་ཡོངས་སུ་སྤེལ་རྒྱུ་རེ། སྐུགས་བཅོག་ཁྱེད་ཁར་
ཁར་སྤྱོད་ཆོག་པའི་ཁྱེད་སྐུགས་ཀའི་སྤང་བྱ་ལ་སྤེལ་བ་བྱེད་དགོས་པ་མ་ཟད་
སྐུགས་བཅོག་ཁྱེད་ཁར་འདྲེན་པ་ཆད་ལྷན་ཅན་གྱིས་དོ་དམ་བྱེད་པའི་ས་ལག་
འཛུགས་པ་དང་འཐུས་ཆ་དང་གཏོང་དགོས་པ་རེད།

(དགུ) གྲོང་གསེབ་གྱི་འཐུང་ཁྱུག་ཞོད་མེད་ཡོང་བ་བྱེད་པའི་གནད་དོན་དངོས་སུ་
ཐག་གཅོད་བྱེད་དགོས་པ།

གྲོང་གསེབ་གྱི་འཐུང་ཁྱུག་ཞོད་མེད་ཡོང་བ་བྱེད་པའི་འདུ་འགོད་ནུས་གངས་
དེས་ཁྱེད་གོན་པའི་ཐན་སྟོན་ས་ཁུལ་དུ་ཁྱེད་འཛོལ་བའི་འདུ་འགོད་འཛུགས་སྐྱོན་
བྱེད་དགོས། དཔེར་ན་ཁྱོད་ཁྱོད་ཀྱི་བ་དང་ཆར་ཁྱེད་བསགས་སའི་ཁྱེད་ལས་པ། ཁྱེད་
རགས་ཀྱིས་ནས་ཁྱེད་པ་སོགས་ཡིན། སའོག་ཁྱེད་རྒྱལ་དང་སེན་ཞེས་པའི་རྒྱས་

འཕྱར་གཞི་རྒྱ་གཉིས་དམིགས་ཚད་ལས་བརྒལ་བ་དང་། རྒྱ་མཐའ་། རྒྱ་ལ་སྤྲུགས་པ་ཅོག་
 ཐེབས་པ་སོགས་ས་ཁུལ་གྱི་འཕྲང་རྒྱ་ཐག་གཅིད་བྱེད་པའི་འདྲ་འགོད་ཡིན་པ་རེད། གྲོང་
 གསེབ་གྱི་འཕྲང་རྒྱའི་འཕྲང་རྒྱ་འཚོལ་བ་འཆར་འགོད་བྱེད་དུས་སྤྲུགས་པ་ཅོག་ཡོངས་
 དང་ཐག་ཡིང་དགོས་པ་སྟེ། དཔེར་ན་སྤྱོད་ཁང་དང་པོ་ཅོག་རྒྱ་འཕྲངས་། གསོ་སྤྱོད་པ་
 བ་སོགས་དང་ཅུང་མཐའ་ཡང་སྤྱི་ལཱ་བཅུའི་བར་ཐག་དགོས་པ་རེད། ཆ་སྒྲེན་ཡོད་
 པའི་གྲོང་གསེབ་ཀྱིས་སྤྱོད་དམངས་གཅིག་སྤྱད་ཡིན་སའི་སྤྱོད་ཚན་ནས། གཅིག་སྤྱད་
 ཀྱིས་རྒྱ་མཐོ་སྤྱོད་བྱེད་པའི་སྤྱི་གཞི་ཆས་སྤྱི་གཞི་བྱས་ནས། བྱིས་ཚང་ཚང་མར་རང་
 འབབ་རྒྱ་བཟོ་བ་དང་། མི་ཚང་མས་དྲངས་ཤིང་གཅིད་པའི་རྒྱ་འཕྲང་ཐུབ་བྱེད་དགོས་།
 གྲོང་གསེབ་གྱི་རྒྱའི་ཁོར་ལུག་ལ་རྒྱ་འདྲན་པ་དང་རྒྱ་བསགས་རྒྱུ་འཕྲང་འཕྲངས་སྤྱོད་
 བྱེད་པར་ཚན་རིག་དང་མཐུན་པའི་སྤྱོད་ནས་འཆར་འགོད་བྱས་ཏེ། གྲོང་གསེབ་གསར་
 བའི་སྤྱོད་དོན་དང་མཛུས་ལྡན་འཕྲངས་སྤྱོད་། ལྷང་མདོག་ཅན་། མཛུས་ཅན་བཅས་
 ཟུང་འབྲེལ་བྱེད་དགོས་པ་དང་། རྒྱ་ཐོན་གསོ་སྤྱོད་དང་ལྷངས་རྒྱ་གྲུང་སེང་གཅིག་
 གྱུར་འཆར་འགོད་བྱས་ནས། བབ་བསྐྱུན་སྤྱོད་ཀྱིས་གནས་བབ་ལག་པོ་འདོན་
 སྤྱོད་བྱེད་པ་དང་སྤྱོད་ཚན་ལ་དགོས་། དཔྱུན་ལ་རྒྱ་བེད་འཕྲངས་སྤྱོད་བྱེད་པ་དང་།
 གྲོང་བའི་རྒྱ་ལམ་དང་རྒྱ་རྒྱ་བཤའ་བ། ཟམ་པ་ལས་པ་བཅས་རྒྱ་འཕྲངས་བྱས་
 བས། རྒྱ་འདྲན་ཐུབ་ལ་ཐྱིར་འཕྲང་ཡང་བྱེད་ཐུབ་པ་དང་། རྒྱ་བསགས་ཐུབ་ལ་
 དྲངས་གཅིད་འགན་ལེན་ཡང་བྱེད་ཐུབ་པ་བྱེད་དགོས་། ཆ་སྒྲེན་ཡོད་པའི་རི་ཁུལ་གྱི་
 གྲོང་བས་རྒྱ་མིག་ནས་རྒྱ་འདྲན་དགོས་པ་མ་ཟད་རྒྱ་མཛུས་ཅན་ཞིག་བསགས་ནས་ཐོན་
 སྤྱོད་སེལ་ཐུབ་པ་འགན་ལེན་བྱེད་དགོས་།

(འཇུ) བླ་མ་འཛིན་འཁུའི་ནད་མེད་པར་གཏོང་དགོས་པ།

དོན་དངོས་ཐོག་ནས་བཤད་ན། གཅིག་ནི་གོ་སྐབས་དམ་འཛིན་བྱས་ནས།
ཞིང་གསུམ་གནད་དོན་དེ་མིག་སྒྲིའི་ཚུ་བེད་ལས་ཀའི་གནད་ཆེ་སའི་ནད་གི་གནད་
ཆེ་སར་འཛིན་པ་དང་། ཨར་ལས་རྣམ་གྲངས་ལ་བརྟེན་ནས་བླ་མ་འཛིན་འཁུའི་ནད་
བཅོས་སྦྱང་བྱེད་དགོས། གཉིས་ནི་ཨར་ལས་བྱེད་ཐབས་དང་ཨར་ལས་མིན་པའི་
བྱེད་ཐབས་གཉིས་ཟུང་འབྲེལ་བྱས་ནས། རྒྱལ་ཡོངས་ཀྱི་ཚུ་བེད་བླ་མ་འཛིན་འཁུའི་
ནད་འགོག་བཅོས་འཆར་འགོད་བཟོ་འགོད་བྱེད་དགོས། ཚུ་བེད་འཇུགས་སྒྲུབ་བྱེད་
དུས་བླ་མ་འཛིན་འཁུའི་ནད་འགོག་བཅོས་བྱེད་པའི་ཨར་ལས་བྱེད་ཐབས་གཙོ་བོ་
ནི་ཚུ་རག་འཇུགས་སྒྲུབ་དང་ཚུ་ལམ་བཅོས་སྦྱང་། ཚུ་རྒྱ་བརྟན་གཏོང་བ། ཚུ་སྒོ་
སྒྲུབ་བཅོས་བྱེད་པ། མི་ཐུགས་གི་འཕུང་ཚུ། ཚུ་ཚུང་ཚུང་རྒྱགས་ཁུངས་བཅོས་སྦྱང་
བྱེད་པ་སོགས་ཚུ་བེད་ཨར་ལས་དང་ཟུང་འབྲེལ་བྱས་ནས། དྲུང་འབྲུ་སྒྲེ་འཕེལ་
ཡོང་ནས་ཚུ་ནད་འབྱེས་པའི་ཁོར་ཕུག་མེད་པར་བཟོ་དགོས། ཨར་ལས་མིན་པའི་
བྱེད་ཐབས་གཙོ་བོ་ནི་ཚུ་མཛོད་དང་ཚུ་སྒོ་སོགས་ཚུ་བེད་སྒྲིག་ཆས་བཀོད་གཏོང་
བྱེད་ཐབས་བཟོ་འགོད་བྱས་ནས། ཚུ་བསགས་ནས་དྲུང་འབྲུ་མེད་པར་གཏོང་
དགོས། གསུམ་ནི་གོང་གསེབ་ཀྱི་མིའི་འཕུང་ཚུ་བེད་འཇུགས་ཡོང་བ་འགན་ལེན་
བྱེད་དགོས། བླ་མ་འཛིན་འཁུའི་ནད་བྱུང་ཁུལ་ཡིན་ཕྱིན། མཆོད་དང་རྒྱན་སྐྱེས་ས་
ཁུལ་ཡིན་ནའང་འདྲ། རི་མ་ཐང་ཡིན་ནའང་འདྲ། མི་རྣམས་ཀྱི་འཆོ་བའི་ཐད་ནད་
འཁུ་ཡོད་པའི་འཕུང་ཚུ་འཕུང་ནས་བླ་མ་འཛིན་འཁུའི་ནད་ན་པའི་གནས་ཚུལ་ཅུང་
མང་བས། འཕུང་ཚུ་བེད་འཇུགས་ཡོང་བ་བྱེད་པའི་ལས་ཀ་དངོས་སུ་ཡག་པོ་སྒྲུབ་

དགོས། བད་དེའི་ན་ཁུལ་དུ་ཐོན་ཆུ་བཞོ་བ་དང་རང་འབབ་ཆུ་འཐེན་ནས། ཆུ་ནང་
གི་འབུ་སྤ་རྩ་མ་ཙུན་མེད་པར་གཏོང་དགོས། གལ་ཏེ་ཆ་ཁྱེན་དེ་ཚོ་མི་འཛོམ་ན་ཆུ་ལོལ་
འབུང་དགོས་པ་དང་། ཆུ་ནང་སྒྲུན་འདེབས་པ་སོགས་ཀྱིས་ཐབས་ལེན་ཆོག་པ་རེད།
(འཆུག་ཅིག) བེད་སྡོད་ཀྱིས་ཆོག་པའི་སྒྲགས་བཙོག་ཆུ་ཐག་གཅོད་ཀྱིས་པའི་ལག་
ཆུལ་དང་བེད་མེད་ཆུ་སྒྲར་ཡང་བེད་སྡོད་ཀྱིས་ཆོག་པའི་ལག་ཆུལ་གསར་སྟེལ་ཀྱིས་
དགོས་པ།

གྲོང་གསེབ་ཀྱི་ཐོན་ཁུངས་དང་ཁོར་ཡུག་གི་ཆ་ཁྱེན་ལ་དམིགས་ནས། དངོས་
སྲུ་ལག་ལེན་ཀྱིས་ཆོག་པ་དང་གནས་བབ་དང་བསྐྱུན་པའི་མ་ཆུ་ཅུང་དམའ་བའི་
སྒྲགས་བཙོག་ཆུ་ཐག་གཅོད་ཀྱིས་པའི་ལག་ཆུལ་དང་བེད་མེད་ཆུ་སྒྲར་ཡང་བེད་
སྡོད་ཀྱིས་ཆོག་པའི་ལག་ཆུལ་གསར་སྟེལ་ཀྱིས་དགོས། རང་རྒྱལ་གྲོང་གསེབ་ས་ཁུལ་
དུ་དོང་ཆུ་ཅུང་མང་བ་དང་། གྲོང་གསེབ་ཀྱི་འཚོ་བའི་སྒྲགས་བཙོག་དངོས་པོ་ཅུང་
ཐག་གཅོད་ཀྱིས་སྒྲུ་མོ་ཡིན་པར་བརྟེན། གནས་བབ་དང་བསྐྱུན་ནས་ཡན་ཏུ་ས་མཐོ་
བ་དང་ཟད་གོན་ཅུང་བའི་དབྱིབས་གསར་བེད་མེད་ཆུ་ཐག་གཅོད་ཀྱིས་པ་དང་སྒྲར་
ཡང་བེད་སྡོད་པའི་ལག་ཆུལ་གསར་སྟེལ་ཀྱིས་ཆོག་པ་རེད། དཔེར་ན་དབྱང་རྒྱང་
སྡོད་དོས་ཐག་གཅོད་ལག་ཆུལ་དང་རང་བྱུང་དྲུང་ས་གཅོང་གཏོང་བའི་མ་ལག་སོགས་
མིས་བཟོས་སྒྲོན་ས་དང་གཏོན་འཛུགས་ཆུ་མཛོད། འདམ་རྩ་རྩིང་ལུ། དབྱང་ཙན་
རྩིང་ལུ། དེ་མིན་གྱི་ཐག་གཅོད་སྒྲིག་ཆས་ཁ་ཤས་འཛུགས་སྒྲུན་བྱས་ནས། འཛུགས་
སྒྲུན་ཐད་གཏོང་འཛོག་ཀྱིས་ཆོད་ཅུང་བ་དང་། འཁོར་སྡོད་ཀྱིས་པའི་འགོ་གོན་ཅུང་
བར་བརྟེན་ནས། གྲོང་གསེབ་ཀྱི་སྒྲགས་བཙོག་ཆུ་ཐག་གཅོད་ཀྱིས་ཆོད་མཐོ་རུ་

གཏོང་བ་དང་། ལུས་ལྷན་གྱི་སྒོ་ནས་ཆུ་ལ་སྒྲགས་བཅོག་ཐེབས་ཚད་ཚད་འཛིན་
བྱེད་ཚད་ཇི་མགོ་གས་སུ་གཏོང་དགོས།

དོན་ཚན་གསུམ་པ།

གྲོང་གསེབ་ཀྱི་རྒྱུ་ལོ་ཐོན་ཁུངས་སྤྱང་སྤྱོད་དང་གྲོན་རྒྱུ་བྱེད་པ་ལི་

ཐབས་མཆོག་འགའ་ཤམ།

གཅིག་ རྒྱུ་བཀག་གཏོང་གཙུག་ཕུར་ནས་རྒྱུ་འཛག་པར་སྡོན་འགོག་

བྱེད་པ་དང་། རྒྱུ་མཛོད་ནང་གི་རྒྱུ་ལི་མང་ཉུང་ཆོད་འཛིན་ནན་པོ་བྱེད་པ།

རྒྱུ་བཀག་གཏོང་གཙུག་ཕུར་ནས་རྒྱུ་འཛག་པ་མཐོང་དུས་ངེས་པར་དུ་དམ་
པོ་གཙུག་ནས་རྒྱུ་ལི་འཛག་པ་བྱེད་དགོས་པ་དང་། གལ་ཏེ་རྒྱུ་བཀག་གཏོང་གཙུག་
ཕུར་བེད་སྤྱོད་བྱེད་ཡུན་རིང་ནས་རྒྱུ་འཛག་པ་ལི་གནས་རྒྱུ་པ་ཕྱད་དུས། དམ་པོ་གཙུག་
པའམ་རྒྱུ་བཀག་གཏོང་གཙུག་ཕུར་གསར་པ་བརྗེ་ནས་རྒྱུ་ལི་འཛག་པ་འགན་ལེན་
བྱེད་དགོས། འགའ་པ་བཟུམ་རྗེས་རྒྱུ་བཀག་གཏོང་གཙུག་ཕུར་དམ་པོ་གཙུག་གོས། རྒྱ་
སྒོ་ཕྱི་ནས་དཀར་ཡོལ་འབྱུང་པའམ་གོས་འབྱུང་དེ་སྡོད་ནང་རྒྱུ་ལེན་ནས་འབྱུང་པ་
བྱེད་དགོས། ཆ་རྒྱུན་འཛོམ་པ་ལི་ཁྱིམ་ཆང་གིས་རྒྱུ་གྲོན་རྒྱུ་བྱེད་པ་ལི་རྒྱུ་བཀག་གཏོང་
གཙུག་ཕུར་འཛག་པ་དང་། ར་ཁང་དང་ལུས་པོ་འབྱུང་སའི་རྒྱུ་བཀག་གཏོང་གཙུག་
ཕུར་ནང་རྒྱུ་གྲོན་རྒྱུ་བྱེད་པ་ལི་གཙུག་སྒོ་འཛོག་དགོས།

གཉིས། ཆལ་བཟུ་པ་ལི་གོ་རིམ་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་དགོས་པ།

ཆལ་བཟུ་དུས་སྡོན་ལ་ཆལ་བྱས་རྒྱུ་འདེམས་དགོས་པ་དང་། དར་ཐོག་ཆལ་
ཅུང་གཙང་བཟེ། དཔེར་ན་ཅོང་དང་སྒོག་པ། གྲོམ་ཁྱུལ་སྤྱག་སྤྱགས་འབྱུང་པ་དང་།

དེའི་རྗེས་སུ་ཚལ་གཞན་པ་བཟུང་གོས། ཚལ་བཟུས་རྗེས་ཀྱི་ཚུགས་པ་མའི་ནང་
དཀར་ཡོལ་འབྱུང་ཆོག། དེ་འདྲ་བྱས་ན་ཉིན་རེར་ཚུམ་པོ་གོན་ཚུད་བྱེད་ཆོག་པ་རེད།

གསུམ། བྱིས་སྤྱོད་ཚུད་པེད་སྤྱོད་ཐང་མང་པོ་བྱེད་དགོས་པ།

འབྲས་བཟུས་རྗེས་ཀྱི་ཚུན་པ་ཚལ་བཟུ་ཆོག་པ་དང་། ཚལ་བཟུས་
ཚར་རྗེས་སྤྱོད་ཁང་བཟུ་ཆོག་པ་དང་མེ་ཏོག་ནང་སྒྲག་ཆོག་པ་རེད། ལུས་པོ་བཟུས་
པའི་ཚུད་དགོས་བཟུས་པའི་ཚུ། རོ་བཟུས་པའི་ཚུ། རྐང་པ་བཟུས་པའི་ཚུ་བཅས་
སྤྱད་ནས་བྱིས་ནང་བྱི་ཆོག་ལ་སྤྱོད་ཁང་ཡང་བཟུ་ཆོག་པ་རེད། འབྲས་བཟུས་པའི་
ཚུན་པ་འདྲུད་ན་ཚུ་གོན་ཚུད་བྱེད་ཐུབ་ལ་མཛེས་པ་བློ་ལུས་པའང་ཐོན། དེ་འདྲ་བྱས་
ན་མཛེས་འདོན་བྱས་རྗེས་འགོ་གོན་ཡང་གོན་ཚུད་བྱེད་ཐུབ་པ་རེད།

བཞི། ལུས་པོ་འབྱུད་པའི་ཚུ་གོན་ཚུད་བྱེད་དགོས་པ།

ལུས་པོ་འབྱུད་ཏུས་ཡུན་རིང་ཚུ་སྒོ་བྱེད་ནས་ཚུ་བཞུར་འཇུག་མི་ཉན། བྱུག་
རྗེས་བྱུག་ཏུས་ཚུ་སྒོ་བྱུག་དགོས་པ་དང་། བྱུག་རྗེས་བྱུག་ཚར་རྗེས་ཚུ་སྒོ་བྱེད་ནས་
བཟུང་གོས།

ལྔ། གོས་འབྱུད་ཏུས་ཚུ་གོན་ཚུད་བྱེད་དགོས་པ།

གོས་འབྱུད་ཏུས་པེས་པར་ཏུ་འདག་བྱེད་དང་འདག་རྗེས་ཉུང་ཙམ་སྒྲག་ནས་ཏུས་
ཚོད་པེས་ཅན་ཞིག་ལ་སྦངས་དགོས་པ་དང་། དེ་རྗེས་ཚུ་བཤལ་བྱེད་དགོས། གོས་
འབྱུད་འབྲུལ་འཁོར་གྱིས་འབྱུད་ཏུས་ཚུ་འོས་འཚམས་སྒྲག་དགོས་པ་དང་འདག་
རྗེས་ཉུང་སྤྱོད་བྱས་ནས་ཚུ་སྤྱོད་ཚད་གོན་ཚུད་བྱེད་དགོས།

ལེའུ་གསུམ་པ།

གྲོང་གསེབ་མཁའ་རྒྱུད་བཅོག་སྒྲིན་དང་སྤྱད་སྒྲིང་སྒྲིང་།

དོན་ཚན་དང་བོ།

གྲོང་གསེབ་རྒྱུད་ཁམས་ཆེན་པོ་བཅོག་འགྱུར་བྱུང་བའི་རྒྱ་རྒྱུན་།

(གཅིག) འབར་རྩམ་སྒྲིག་གཞི་ནང་དོ་སྙམ་དང་བྱུང་གིང་གི་ལྗོངས་ཆད་མཐོ་
ཆེ་བ།

གྲོང་གསེབ་གྱི་འབར་རྩམ་གཙོ་བོ་ནི་དོ་སྙམ་དང་བྱུང་གིང་ཡིན་ལ། འབར་
རྩམ་གཞིས་པོ་མེར་བསྐྱེད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་དབྱེད་གཉིས་ཐན་རྩམ་དང་དབྱེད་
གཉིས་ཟེ་རྩམ་སྒྲིག་བཅོག་འགྱུར་དངོས་པོ་ལས་གྲོང་གསེབ་གྱི་རྒྱུད་ཁམས་
ཆེན་པོའི་ཁོར་ལུག་ལ་བཅོག་འགྱུར་ཆབས་ཆེན་བཟོས་ཡོད་པ་རེད།

(གཉིས) གྲོང་རྩལ་གྱི་བཟོ་ལས་དང་བཟོ་རྩལ་སྒྲིག་ཆས་ལག་རྩལ་རྩམ་ལུས་
ཡིན་པ་དང་བཅོག་འགྱུར་བཅོས་སྒྲིང་བྱེད་པའི་རྣམ་པ་དམའ་མོ་ཡིན་པ།

བཟོ་ལས་ཅན་སྒྲིག་གྲོང་གསེབ་རྒྱ་རྒྱུན་དུ་གཏོང་བའི་དུས་མཆུངས་སུ། གྲོང་
གསེབ་ལ་བཟོ་ལས་ཅན་གསར་བའི་བཅོག་འགྱུར་བཟོས་ཡོད་པ་རེད། གྲོང་རྩལ་
ཁ་ཤས་གྱིས་མིག་སྒྲར་གྱི་ཁེ་ཕན་རྩ་བ་བྱས་ནས་སྤྱི་བ་བཀམ་ཅན་དང་ལག་རྩལ་
འདུས་ཆད་དམའ་བ། བཅོག་འགྱུར་ལྗོངས་ཆེན་ཆེ་བའི་ཁེ་ཕན་ལས་རྒྱུད་འབྲིང་ནང་འབྲིན་
བྱས་ཡོད། གྲོང་རྩལ་ཁེ་ཕན་བདག་གཉིས་བྱེད་པའི་དོ་དམ་རྒྱ་ཆད་དམའ་བ་དང་

ལས་སྐྱབ་པའི་བྱང་ཚད་མཐོན་པོ་མིན་པ། ཐོན་སྐྱེད་བཅོ་ཅུ་ལ་དང་རྒྱུག་ཆས་ལག་
ཅུ་ལ་རྒྱུང་ཞན་དང་རྗེས་ལུས་ཡིན་པས་གོང་གསེབ་ཁོར་ཡུག་བཅོམ་འགྱུར་ཆེས་ཆེ་
བཅོས་པའི་འབྱུང་ཁུངས་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད་པ་རེད། བཅོ་གྲུ་ས་ཁུལ་དང་བཅོམ་འགྱུར་
བཅོས་ས། ཞིང་ཁ། གོང་གསེབ་འདུས་སྡོད་ས་ཁུལ་བཅས་གཅིག་ཏུ་འབྲེལ་ན་ཐད་
ཀར་བཅོམ་འགྱུར་བཅོས་པ་ཚབས་ཆེ་བ་དང་གཞོན་འཛོམས་པོ་ཡིན་པ་རེད།

(གསུམ) རྒྱངས་ལའོར་འཕྲུལ་ཆས་ཀྱི་མཆུག་དབུགས་བཅས་སྦྱང་བྱས་མེད་
པ་དང་གཞུང་ལམ་གྱི་སྤྱུས་ཚད་ཞན་པ།

གོང་གསེབ་རྒྱངས་ལའོར་འཕྲུལ་ཆས་ཀྱི་རིགས་མང་བ་དང་བྱངས་ཚད་
མང་བ། སྤྱུས་ཚད་ཡག་ཞན་ཆ་སྟོ་མས་མིན་པ། བེད་སྦྱོད་བྱེད་པའི་དོ་སྤྱུམ་གྱི་རིགས་
མང་བ་དང་སྤྱུས་ཚད་ཡང་མི་འདྲ་བ། བྱབ་སྤངས་རྒྱ་ཆེ་བ་དང་དོད་མ་རྩོག་འཛིང་
ཆེ་བ། དཀའ་ཚད་ཆེ་བ། དེ་མ་ཚད་ད་ལྟ་ཅ་པའི་ཐོག་རྒྱངས་ལའོར་འཕྲུལ་ཆས་ཀྱི་
མཆུག་དབུགས་འབྱུང་སྐྱུར་བྱས་པར་ཆོད་འཛིན་བྱེད་མེད་པ་རེད། རྒྱངས་ལའོར་
འཕྲུལ་ཆས་མང་དུ་སོང་བ་དང་བརྩམས་རྒྱངས་ལའོར་འཕྲུལ་ཆས་ཀྱི་མཆུག་དབུགས་
ལས་གོང་གསེབ་ཀྱི་རྒྱུང་ཁུལ་ཆེན་པོའི་ཁོར་ཡུག་ལ་བཅོམ་འགྱུར་དེ་ལས་ཚབས་
ཆེན་བཅོས་ཀྱིས་ཡོད། དེའི་ཐོག་གོང་གསེབ་ཀྱི་གཞུང་ལམ་སྤྱུས་ཚད་ཞན་པ་དང་
ཅི་གིང་ཅུང་བ་སྟོན་ན་རྒྱངས་ལའོར་འཕྲུལ་ཆས་འགོ་དུས་ཀྱི་བཅོམ་འགྱུར་དེ་ལས་
ཚབས་ཆེ་དུ་སོང་ཡོད་པ་རེད།

(བཞེ) ཞིང་སྤྲན་དང་ཡུང་རྗེས་བཀོད་སྦྱོད་བྱེད་སྤངས་ཚད་དང་མི་མཐུན་པ།

གོང་གསེབ་དུ་ཐོན་སྐྱེད་བྱེད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་ཞིང་པས་ཡུང་རྗེས་དང་

ཞིང་སྐྱུན་པེད་སྟོང་བྱེད་སྐྱེས་གཙོ་བོ་ནི་ཉམས་སྦྱང་ལ་བརྟེན་ནས་པེད་སྟོང་བྱེས་
 པ་ཡིན་པ་དང་ཚན་རྩལ་མི་སྣ་ཡིས་མཛུབ་སྟོན་པེད་པ། ཚན་རིག་དང་མཐུན་པའི་
 རྟོན་ས་ལུང་རྩལ་འདེབས་བཞིན་པེད་པ་དང་ཚན་རིག་དང་མཐུན་པའི་རྟོན་ས་ཞིང་སྐྱུན་
 སྟོང་བཞིན་པེད་པས་ཞིང་ལས་ཀྱི་རྒྱ་ཆ་འཕྲོ་བརྒྱུ་ཏུ་བཏང་བ་དང་ཐོན་སྐྱེད་བྱེད་
 པའི་མ་ཙུ་མཐོ་རུ་སོང་ཡོད། དེ་མཚན་ལྷག་མ་གྱུར་པའི་ལུང་རྩལ་དང་ཞིང་སྐྱུན་པེ་
 རྒྱུང་ཁམས་ཆེན་པོ་ནང་གི་བཙོག་འགྱུར་དངོས་པོ་རུ་གྱུར་ཡོད་པ་རེད།

(༥) གཞི་རིམ་གྱི་སྤྱིད་གཞུང་དང་འགན་ཁུས་སྡེ་ཁག་གི་ཁོར་ཡུག་འདུ་
 ཤེས་དང་ཁོར་ཡུག་དོ་དམ་དམིགས་བསལ་ལ་འབྱོར་ཐུབ་པེད་པ།

གཞི་རིམ་གྱི་སྤྱིད་གཞུང་གི་འགོ་བྱེད་དང་ལས་བྱེད་པ་ཁ་གསལ་གྱི་ཁོར་ཡུག་
 གྱུར་སྟོང་གི་བྱིམ་ས་ལུགས་བྱིམ་ས་སྟོལ་འདུ་ཤེས་ཆེན་པོ་པེད་པ། ཁོར་ཡུག་གྱུར་
 སྟོང་དང་སྟེལ་མཐུད་ཏུ་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བ་འབྲེལ་བའི་གལ་ཆེ་རང་བཞིན་རོས་
 འཛིན་མི་འདར་བ་དང་གྲོང་གསེབ་ཁོར་ཡུག་དོ་དམ་དམིགས་བསལ་ལ་འབྱོར་
 ཐུབ་པེད་པའི་དབང་གི་གྲོང་གསེབ་རྒྱུང་ཁམས་ཆེན་པོ་བཙོག་འགྱུར་བཟོས་པའི་
 གཏོང་ཟབ་རིམ་པའི་རྒྱ་ཆེན་ཡིན་པ་རེད། རྒྱུང་ཁམས་ཆེན་པོའི་ཁོར་ཡུག་ནི་མིའི་
 རིགས་འཕྲོ་ལོ་གནས་བྱེད་པའི་ཐོན་ཁུངས་བཟང་ཤོས་ཤིག་ཡིན། རྒྱུང་ཁམས་ཆེན་
 པོའི་ཁོར་ཡུག་གི་ཐོན་ཁུངས་ལ་གཏོར་བཤིག་གཏོང་བ་ནི་འགྱུར་ཐབས་པེད་པའི་
 བརྒྱུད་རིམ་ཞིག་ཡིན་པ་དང་བཟང་ཤོས་ཅན་གྱི་རྒྱུང་ཁམས་ཆེན་པོའི་ཁོར་ཡུག་གི་
 རྒྱས་ཚད་ཉམས་གསོ་བྱེད་དགོས་ན་བྱེད་ཐབས་སྟུང་པ་ལས་རྩ་བའི་ཐོག་རྒྱུང་ཁམས་
 ཆེན་པོ་བཙོག་འགྱུར་བཙོས་སྟོང་ཐད་དཔལ་འབྱོར་གཏོར་སྟོང་བྱེད་ཚད་ལས་མང་

བཡིན་ཀྱེད། འདྲ་ཤེས་དེ་ཚོ་དུས་ཡུན་རིང་པོའི་ནང་ཕྱེ་ཐག་ཁ་ཤས་དང་ས་ཁུལ་
 ཁ་ཤས་ཀྱི་གོ་རྟོགས་དང་ངོས་འཛིན་ཡང་དག་པ་བྱུང་མེད་པ། ཁོ་ཚོའི་ཐག་ཉེ་ས་དང་
 ས་ཁུལ་ཁ་ཤས་ཀྱི་དབལ་འབྱོར་འཕེལ་ཁྱེས་ཀྱི་དགོས་མཁོ་ལ་བསམ་སྒྲོ་བ་དྲང་ནས་
 ཐྱོགས་བསྐྱེས་ཀྱི་དབལ་འབྱོར་སྤྱིད་རྒྱས་དང་ཐོན་ལས་སྤྱིད་རྒྱས་ཁ་ཤས་གཏན་ལ་
 བབ་པ་དང་དེ་མིན་པའི་གྲོང་རྒལ་འཇུགས་བསྐྱེན་འཆར་འགོད་ནང་རྒྱང་ཁམས་
 ཆེན་པོའི་ཁོར་ཡུག་སྤྱང་སྒྲོང་བྱེད་རྒྱ་ཐད་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་བར་མི་འདད་བར་ཁོར་
 ཡུག་གཏོར་བརྒྱུག་ཏུ་བཅད་བར་བརྟེན་ནས་དབལ་འབྱོར་མཁྱོགས་སྤྱར་འཕེལ་ཁྱེས་
 གཏོང་བར་བརྒྱུག་ཏེ་རང་སྤྱང་གང་ཤར་གྱི་ཐོན་སྐྱེད་གཞི་བྱོན་རྒྱ་སྐྱེད་དུ་གཏོང་བ་
 དང་ཡང་བསྐྱར་འཇུགས་བསྐྱེན་བྱེད་པ། ལག་རྩལ་སྤྱིག་ཆས་རྒྱ་ཚད་དམ་འཔ། ལྷན་
 ཁུངས་ཐོན་ཁུངས་ཟད་གོན་ཆེ་བ། གྲོང་རྒལ་ཁེ་ལས་འཕེལ་ཁྱེས་གཏོར་བར་གོ་
 རིམ་མེད་པ། སྤྱི་ཞན་གྱི་དོ་སྣེ་ལ་ཁོར་ཀྱག་ཚོད་འཛིན་ཡག་པོ་བྱེད་མི་ཐུབ་པའི་
 གནས་ཚུལ་བྱུང་བ་རེད། དེར་ཕྱིར་ཁོར་ཡུག་སྤྱང་སྒྲོང་ཐད་བསམ་སྒྲོ་གཏོང་གིན་མེད་
 པའི་ས་གནས་སྤྱིད་རྒྱས་ཕྱིར་འདོན་བས་རྒྱང་ཁམས་ཆེན་པོ་བཅོག་འགྱུར་ཆེ་དུ་མོང་
 པའི་རྒྱ་ཁྱེན་གཙོ་བོ་ཞིག་ཏུ་གྱུར། དེ་ལས་བཅོས་པའི་ཁོར་ཡུག་གི་གཞོད་འཆོད་དང་གྲོང་
 ལྷན་དེ་རྒྱར་ལེན་མི་ཐུབ་པ་ཞིག་རེད། དེ་མ་ཚད་རྒྱང་ཁམས་ཆེན་པོའི་ཁོར་ཡུག་
 བཅོག་འགྱུར་བྱུང་རྗེས་རྒྱར་ཐག་གིས་བྱེད་ཐབས་སྤྱད་ནས་བཅོས་སྒྲོང་བྱེད་མེད་
 པ་ནི་ཁོར་ཡུག་སྤྱང་སྒྲོང་ལས་ཀ་བྲོད་གསལ་པོ་མཆོན་པ་དང་ཁོར་ཡུག་སྤྱང་སྒྲོང་
 གི་མ་དདུལ་གྲོང་གསེབ་ནང་གཏོང་འཛོག་ཁུང་བ་ཞིག་ཡིན།

དོན་ཚན་གཉིས་པ།

གྲོང་གསེབ་རྒྱུང་ཁམས་ཆེན་པོ་པཅོག་འགྱུར་གྱི་འགོག་བཅོས།

གཅིག་གྲོང་གསེབ་རྒྱུང་ཁམས་ཆེན་པོ་པཅོག་འགྱུར་ཕྱོགས་བསྐྱུས་
འགོག་བཅོས་བྱེད་ཐབས།

(གཅིག) ཁྱོན་ཡོངས་ནས་འཆར་འགོད་དང་ཚད་དང་མཐུན་པའི་བཞོད་སྒྲིག་

གྲོང་རྒལ་ལ་བསྐྱར་བཅོས་བྱེད་པ་དང་གྲོང་རྒལ་གསར་པ་འཛུགས་བསྐྱར་
བྱེད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་ནང་ཕྱོགས་སོ་སོའི་རྒྱ་རྒྱུན་དང་བྱང་འབྲེལ་བྱས་ནས་ཕྱོགས་
བསྐྱུས་གྱིས་བསམ་སློབ་དགོས་པ་ལས་གཞན་ངེས་པར་དུ་གྲོང་རྒལ་གྱི་ཁོར་ཡུག་སྤང་
སློབ་བྱེད་པའི་རྒྱ་རྒྱུན་ལ་ཡང་བསམ་སློབ་གཏོང་དགོས།

(གཉིས) ཁོར་ཡུག་དོད་མ་ནན་པོ་བྱེད་དགོས།

ཁོར་ཡུག་གནད་དོན་དེ་དོན་དངོས་སུ་དོད་མ་ཡག་པོ་མ་བྱས་པའི་རྒྱུན་ཡིན་ལ།
ཁོར་ཡུག་གི་དོད་མ་ལ་ཤུགས་སྒྲོན་བརྒྱབ་ན་དོན་སྤིང་ཉ་ཅང་གལ་ཆེན་ལྟན་པ་རེད།
གྲོང་གསེབ་ཏུ་ཚོང་དང་གྲོང་རྒལ་ཁོར་ཡུག་སྤང་སློབ་ལས་ཁུངས་གྱིས་ནན་ཉན་གྱིས་
འགན་ཁུས་ལག་བསྟར་ཡག་པོ་བྱེད་དགོས་པ་དང་། ཁོངས་སུ་གཏོགས་པའི་ནང་
ཁུལ་གྱི་གྲོང་རྒལ་ཁེ་ལས་གྱི་བཅོག་འགྱུར་འགོག་བཅོས་ལས་ཀའི་ལྷ་སྐྱལ་དོད་མ་
དང་དྲིལ་བསྐྱུགས་སློབ་གསོ་ལ་ཤུགས་སྒྲོན་བྱེད་དགོས། ཁེ་ལས་ལ་རྒྱུང་ཁམས་
ཆེན་པོ་པཅོག་འགྱུར་འགོག་བཅོས་གྱི་རང་རྟོགས་རང་བཞིན་དང་རང་འགྲུལ་

རང་བཞིན་མཐོར་འདེགས་སུ་གཏོང་དགོས། རྫོང་དང་གྲོང་རྒལ་འགོ་ཁྲིད་ཀྱིས་
ཁོར་ཡུག་སྤང་སྐྱོང་ལས་ཁུངས་ཀྱི་ལས་ཀར་རྒྱུ་རྫོང་ཆེན་པོ་བྱས་ནས་ཁོར་ཡུག་
སྤང་སྐྱོང་ལས་ཀ་བདེ་སྒྲུག་རང་སྤེལ་བྱུང་བ་བྱེད་དགོས།

(གསུམ) རྒྱུང་ཁམས་ཆེན་པོ་བཙོག་འགྱུར་ཚོད་འཛིན་བྱེད་པའི་ལག་རྩལ་དང་
བྱེད་ཐབས་སྐྱོད་དགོས།

གྲོང་རྒལ་ཁེ་ལས་ཀྱིས་རང་ཉིད་ཀྱི་གནས་ཚུལ་དང་བྱང་འབྲེལ་བྱས་ནས་
གཤམ་གྱི་ལག་རྩལ་བྱེད་ཐབས་ཁག་སྤྱད་ནས་རྒྱུང་ཁམས་ཆེན་པོའི་བཙོག་འགྱུར་
འགོག་བཙོས་བྱེད་དགོས་པ་སྟེ།

༡. ཐོན་སྐྱོད་བཟོ་རྩལ་བཙོས་བསྐྱར་བྱེད་དགོས། ཐོག་མར་བཙོག་འགྱུར་
བཟོས་མེད་པ་དང་ཡང་ན་བཙོག་འགྱུར་ཉུང་བའི་བཟོ་རྩལ་མེད་སྐྱོད་བྱས་ཏེ་ཁོར་
ཡུག་བཙོག་འགྱུར་གྱི་རྒྱ་བའི་འབྱུང་ཁུངས་འགོག་བཙོས་བྱེད་དགོས།

༢. བཟོ་རྩལ་ཐོན་སྐྱོད་བྱེད་སྐྱེད་ལ་གཟབ་ནན་བྱེད་དགོས། ཚད་དང་
མཐུན་པའི་མ་ཚུ་ཆས་གདམ་གསེས་བྱས་ན་བཙོག་འགྱུར་ཉུང་དུ་གཏོང་བ་དང་
ཐོན་བྱུང་གི་བཙོག་འགྱུར་དངོས་པོ་ཐག་གཅོད་བྱེད་རྒྱར་པན་ཐོགས་ཆེ་བ་རེད།

༣. ཚད་དང་མཐུན་པའི་སྒོ་ནས་ལྷན་ཁུངས་མེད་སྐྱོད་བྱེད་དགོས། ལྷན་
ཁུངས་ཆགས་ཚུལ་བཙོས་བསྐྱར་བྱས་ནས་འབར་བྱེད་སྒྲིག་ཆས་དང་འབར་བ་ཆ་
སྒྲིལ་ལེགས་སུ་གཏོང་རྒྱ་ནི་ལྷན་ཁུངས་གོན་ཚུང་དུ་གཏོང་བ་དང་རྒྱུང་ཁམས་ཆེན་
པོའི་བཙོག་འགྱུར་ཚོད་འཛིན་བྱེད་པའི་བྱེད་ཐབས་གལ་ཆེན་ཞིག་ཡིན་པ།

༤. ཚྱོགས་བསྐྱེད་རང་བཞིན་གྱི་བཟོ་ལས་རྟེན་གཞི་གཟུགས་དགོས།

ཕྱགས་བསྐྱེད་པའི་སྐྱོད་ཀྱིས་ནས་བཅོག་ཀྱང་མ་ལའ་རྒྱུ་བཅོག་འགྲུལ། བཅོག་
འགྲུལ་དངོས་པོ་ཐོན་ཁུངས་ཅན་དུ་བཏང་ནས་བཅོག་འགྲུལ་དངོས་པོའི་སྤྱིའི་འབྲུད་
རྒྱུར་བྱེད་ཆོད་ཅུང་ཅུག་ཏོང་དགོས།

(བཞི) ཁོར་ཡུག་བཅོག་འགྲུལ་ལ་ཆོད་འཛིན་བྱེད་པའི་དཔལ་འབྱོར་གྱི་དུས་
ལག་བསྟར་བྱེད་དགོས།

གྲོང་གསེབ་ས་ཁུལ་དུ་ས་གནས་དེ་གའི་གནས་ཚུལ་དང་བྱུང་འབྱེད་ལ་བྱས་
ནས་གོ་རིམ་ཡོད་པ་དང་གདམ་ག་ཡོད་པའི་སློ་ནས་གཤམ་གྱི་དཔལ་འབྱོར་བྱེད་
ཐབས་ཁ་ཤས་རྒྱུད་དེ་གྲོང་གསེབ་རྒྱུད་ཁམས་ཆེན་པོའི་བཅོག་འགྲུལ་འགོག་བཅོས་
ལ་སྐྱལ་འདེད་གཏོང་དགོས་པ་རྟེ།

༡. དགོས་ངེས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་རྒྱུད་སྐྱོད་གི་མ་དཔལ་གཏོང་འཛིན་ལ་ཁག་ཐེག་
བྱེད་དགོས། གྲོང་གསེབ་ཁོར་ཡུག་རྒྱུད་སྐྱོད་ཐད་མ་དཔལ་གཏོང་འཛིན་བྱས་པ་
ཤིན་ཏུ་མི་འདད་བའི་གྲོང་གསེབ་ཁོར་ཡུག་བཅོག་འགྲུལ་བཟོས་པའི་རྒྱ་ཁྱེན་གཙོ་
བོ་ཞིག་ཡིན་པ། རང་རྒྱལ་དུ་ཁོར་ཡུག་རྒྱུད་སྐྱོད་རྒྱ་ཐད་ནོར་གྱི་སྤྱི་མ་དཔལ་
གཏོང་སྐྱོད་བྱེད་རྒྱ་ཐད་པ་ལས་ད་དུང་གཞན་པའི་ཐབས་ལམ་འཛོལ་དགོས་པ་རྟེ།
དཔེར་ན་ཁེ་ལས་དང་མི་སྐྱེར་རང་ཉིད་ཀྱིས་མ་དཔལ་གཏོང་འཛིན་བྱེད་ཀྱི་ཡོད་པ་
རེད། དེ་འདྲ་བྱས་ན་ཁོར་ཡུག་རྒྱུད་སྐྱོད་རྒྱ་མ་དཔལ་གཏོང་འཛིན་བྱེད་རྒྱ་འདད་
ངེས་ཡོད་རྒྱ་ཁག་ཐེག་བྱེད་ཐུབ་པ་རེད།

༢. ཁོར་ཡུག་བཅོག་འགྲུལ་བཅོས་སྐྱོད་བྱེད་རྒྱ་དེ་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཐོག་
ནས་བྱ་དགའ་གནང་དགོས། དཔེར་ན། སྤྱོད་ཀ་དམའ་བའི་སློ་ནས་དུས་ལྟན་རིང་

པོའི་ནང་དེའུལ་ཐུན་གཏོང་རྒྱ་དང་ཕྱོགས་བསྐྱས་ཀྱི་ཐོན་རྒྱས་ལེད་སྟོང་བྱས་ནས་
ཁེ་སྟོགས་མཐོར་འདེགས་སུ་གཏོང་རྒྱ་དང་། བྲལ་དེའུལ་མི་དགོས་པའི་སྲིད་རྒྱས་
ལག་བསྟར་བྱེད་རྒྱ། བྱེད་ཐབས་དེ་ཆོ་བརྒྱད་ནས་རང་རྒྱལ་གྱི་གོང་གསེབ་ཁོར་ཡུག་
སྲུང་སྟོང་གི་ཐོན་ལས་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་སྐྱལ་འདེད་གཏོང་དགོས།

༡. རྒྱས་བཅོལ་འགྱུར་བཅོས་ན་རྒྱས་བཅོས་སྟོང་བྱེད་པ་ཞེས་པའི་ཅུ་དོན་
ལག་བསྟར་བྱེད་དགོས་པ་མ་ཆད་བཅོལ་པ་འབྱུང་སྐྱར་ཐང་གོན་དེའུལ་ལེན་པའི་
ལམ་ལུགས་དང་སྲིད་འཛིན། ཁྲིམས་ལུགས་བཀག་སྡོམ་བཅས་ཀྱི་བྱེད་ཐབས་
ཞིབ་ཏུ་ཅན་དུ་བཏང་དགོས། སྤྱིར་བཏང་དུ་དབྱེ་ན་ནམ་པ་གསུམ་ཡོད་པ་སྟེ།
བཅོལ་པ་འབྱུང་སྐྱར་གོན་དེའུལ་ལེན་རྒྱ་དང་གོང་གུན་ལ་སྐྱོན་ཆབ་སྟོང་པ་དང་
ཆད་པ་གཅོད་རྒྱ། སྲིད་འཛིན་འགན་འཁུན་དང་ཉེས་དོན་གྱི་འགན་འཁུན་ཅན་གཅོད་
བྱེད་རྒྱ་བཅས་སོ། གོང་དུ་ཁེ་ལས་ཀྱི་བཅོལ་འགྱུར་ཆོད་འཛིན་བྱེད་རྒྱ་ལ་ནུས་
པ་གལ་ཆེན་ཐོབ་རྒྱུ་ཡིན་པ་རེད། གོང་གསེབ་སྐྱེལ་དུ་འགག་ཅ་རུ་གྱུར་པ་ནི་གང་
འདྲ་བྱས་ནས་དོན་དངོས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་སྲུང་སྟོང་བྱེད་པའི་ལས་ཀའི་ནང་ཞིབ་ཏུ་ཐོན་
འབྱོལ་བྱེད་རྒྱ་ནི་སྐྱེལ་གནས་དེ་གའི་སྲིད་གཞུང་དང་ཁོར་ཡུག་སྲུང་སྟོང་ལས་ཁུངས་
ཀྱི་ནམ་འགྱུར་ལ་རག་ལས་པ་རེད།

(ཨ) དུ་ཁུང་མཐོན་ཅུ་བཏང་ནས་བཅོལ་འགྱུར་དམའ་རུ་གཏོང་བ།

གོང་དུ་ཁེ་ལས་ལས་ཁུངས་ལ་རྒྱུང་པའི་རྒྱུང་ཁམས་ཆེན་པོའི་བཅོལ་འགྱུར་དངོས་
པོ་དེ་ཐོག་མར་བཅོལ་འགྱུར་དངོས་པོ་བདག་སྟོང་བྱེད་པར་བརྒྱད་ནས་ཆད་དང་
མཐུན་པ་བྱུང་རྗེས་ད་གཞི་དུ་ཁུང་མཐོན་པོའི་ནང་སྐྱེལ་དགོས། བར་སྐྱར་མཐོ་

བའི་རྒྱུ་རྒྱལ་སྤྱོད་པའི་རྒྱུ་ལ་བེད་སྤྱོད་བྱས་ནས་རྒྱུ་ལམས་ཆེན་པོའི་
བཅོམ་འགྱུར་དངོས་པོའི་གར་ཆད་དམའ་རུ་བཏང་སྟེ་སངས་ཀྱི་མི་དང་སྟེ་དངོས་
ལ་གཞོན་འཆེ་མི་ཕོག་པ་བྱེད་དགོས།

(རྟལ) རྟོན་གིང་འཛུགས་པ།

ནགས་ཆལ་སྟེ་དངོས་མ་ལག་ལ་རྒྱས་པ་མང་པོ་ལྟན་པ་སྟེ། སྟེ་དངོས་ཀྱིས་
འོད་སྦྱར་རྒྱས་པར་བརྟེན་ནས་དབྱང་གཉིས་ཐན་རྩེ་ཐན་ཆུའི་འདྲེས་སྦྱར་དངོས་རྩེས་
སྤྱ་འཕོ་འགྱུར་གཏོང་བ། ད་དྲུང་ཆར་འབབ་ཆད་ལེགས་སྒྲིག་བྱས་ནས་སྒྲམ་
གས་ཆེ་བའི་གནམ་གཤིས་འཕོ་འགྱུར་བཏང་ནས་བརྒྱན་གས་ཆེ་བ་དང་ཆར་མང་
པོ་ཡོང་ཐབ་པ་དང་རྒྱུང་ལམས་ཆེན་པོ་ནང་གི་སྦྱིའི་གཡང་འཕྱོ་རྒྱལ་ཐན་གྱི་འདུས་
ཆད་དམའ་རུ་གཏོང་བུམ། གྲོང་གསེབ་དང་གྲོང་རྒྱལ་ཁེ་ལས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་གྲོང་
རྒྱལ་གྱི་ཁྲོམ་ལམ། གཞུང་ལམ་གཡས་གཡོན། གསོ་སྦྱིལ་བྱེད་ས་ཆེན་པོའི་གཡས་
གཡོན། སྒོ་རའི་ཕྱོགས་བཞི་སྟགས་ས་གནས་ཏུ་རྟོན་གིང་གཟུག་རྒྱ་ནི་ཉ་ཅང་གལ་
ཆེན་པོ་ཡིན་པ་རེད།

(བདུན) གྲོང་རྒྱལ་ཁེ་ལས་ཀྱི་བཅོམ་འགྱུར་ཕྱོགས་བསྐྱས་ཀྱིས་འགོག་བཅོས་
བྱེད་དགོས།

རང་རྒྱལ་གྱི་གྲོང་རྒྱལ་ཁེ་ལས་མཁྱོགས་སྦྱར་འཕེལ་རྒྱས་འགོ་བ་དང་བསྐྱར།
མིག་སྒར་གྲོང་རྒྱལ་ཁེ་ལས་དེ་གྲོང་གསེབ་ཁོར་ཡུག་བཅོམ་འགྱུར་བཅོས་པའི་རྒྱ་
རྒྱུན་གཙོ་བོ་ཞིག་ཏུ་གྱུར་ཡོད་པ་རེད། གྲོང་རྒྱལ་ཁེ་ལས་ཀྱི་བཅོམ་འགྱུར་ཆོད་
འཛིན་བྱེད་དགོས་ན་གནས་རྒྱལ་ཞིབ་ཏུ་ལ་གཞིགས་ནས་གཤམ་གྱི་ཕྱོགས་གསུམ་

ཐད་ནས་ལེགས་འཛིན་བྱེད་དགོས་པ་སྟེ།

༡. ཚད་དང་མཐུན་པའི་དོ་དམ་བྱེད་ཐབས་གཏན་ལ་ཕབ་དགོས།

བཙོག་འགྱུར་ཚབས་ཆེ་བ་དང་ཁེ་ཕན་དམའ་བ། སྒྱུར་བཙོས་དཀའ་བའི་
ནུས་ཀྱངས། དཔེར་ན་ཤོག་ཁུ་བཟོ་གྲ་རྒྱ་རྒྱུད་བ་དང་རྒྱས་འགྱུར་བཟོ་གྲ་རྒྱུད་བ། པར་
འདེབས་ཆོས་རྒྱལ་བཟོ་གྲ་རྒྱུད་བ། བཙོ་སྒྱུར་བཟོ་གྲ་རྒྱུད་བ། སྟོག་ཅི་གཏོང་བའི་
བཟོ་གྲ་རྒྱུད་བ་སོགས་ཁེ་ལས་རྒྱུད་བ་བཙོ་ལྷོད་བ་མཚམས་འཛིན་དགོས་པའི་
འཕུལ་ཐག་གཅོད་པའི་བྱེད་ཐབས་སྟོན་དགོས། གསར་འཛུགས་བྱེད་པའི་ཁེ་ལས་
ལ་ནན་ཏན་གྱིས་ཞིབ་བཤེར་བྱེད་དགོས་པ་དང་ནན་ཏན་གྱིས་དུས་མཚུངས་གསུམ་
ཞེས་པའི་ལམ་ལུགས་ལག་བསྟར་བྱེད་དགོས། བཙོག་འགྱུར་སྒྲིག་ཆས་བཙོས་སྟོང་
བྱེད་དུས་སྟོག་ཤིང་ལྟ་བུའི་ཨར་ལས་འཛུགས་སྒྲུབ་བྱེད་པའི་དུས་མཚུངས་སུ་དུས་
འགོད་བྱེད་དགོས་པ་དང་དུས་མཚུངས་སུ་ལས་ལུལ་བྱེད་དགོས། དེ་མཚན་དུས་
མཚུངས་སུ་ཐོན་སྐྱེད་བྱེད་འགོ་རྒྱལ་ནས་བཟོ་ལས་ཀྱི་བཙོག་པའི་རྒྱུད་ཁམས་
ལས་ཐལ་བ་མེད་པར་བཟོ་བ་མཐོར་འདེགས་སུ་གཏོང་དགོས།

༢. གྲོང་རྒལ་ཁེ་ལས་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བའི་འཁོར་རྒྱལ་དཔལ་འབྱོར་ལ་
སྒྲུལ་འདེད་གཏོང་དགོས།

གྲོང་རྒལ་ཁེ་ལས་ཀྱི་དཔལ་འབྱོར་ཁེ་ཕན་དང་སྤྱི་ཚོགས་ཁེ་ཕན། ཁོར་
ལུག་ཁེ་ཕན་བཅས་མཐོར་འདེགས་སུ་གཏོང་ཆེད་རང་རྒྱལ་གྱིས་གྲོང་རྒལ་ཁེ་ལས་
འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བའི་འཁོར་རྒྱལ་དཔལ་འབྱོར་གྱི་ཉི་དུས་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བའི་
དམིགས་ལུལ་མཛུབ་སྟོན་དང་སྒྲུལ་སྟེལ་གཏོང་དགོས། སྤྱི་ལོ་ཉིས་སྟོང་

བུ་ལོར་སྒྲིབས་དུས་གོང་དལ་ཁེ་ལས་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བའི་ལོར་རྒྱག་དཔལ་
 འབྱོར་ལ་སྐྱལ་འདེད་གཏོང་བའི་ཁྲིམས་ཡུགས་ཁྲིམས་སྒོལ་མ་ལག་དང་
 སྤྱད་དུས་རྒྱབ་སྐྱོར་མ་ལག་ ལག་རྩལ་གསར་སྐྱོན་མ་ལག་ དེ་མིན་པའི་ཕན་ལུས་
 ལུན་པའི་སྐུལ་མ་གཏོང་བ་དང་བཀག་རྒྱ་ནང་སྐྱོན་གཟུག་དགོས། གོང་དལ་ཁེ་
 ལས་ལོར་རྒྱག་དཔལ་འབྱོར་འཕྲུགས་སྐྱོན་གྱི་རྒྱབ་སྐྱོར་ཞིབ་ཕྱི་གནད་ཆེ་
 བའི་ལས་རིགས་དང་ཁྲབ་ཁོངས་ནང་ཐོན་ཁུངས་ལོར་རྒྱག་ལེད་སྟོད་ཕྱེད་པའི་
 སྒྲིག་གཞི་དང་ནང་སྐྱོན་གཟུག་པ་དང་འབྲས་ཆང་དུ་གཏོང་དགོས། སྐྱོན་ཐོན་
 སྟོད་བདེ་པའི་ལག་རྩལ་བཞེལ་སྟོད་དང་ནང་འདྲན་ཕྱེད་པར་བརྒྱན་ནས་རྩར་ཐག་
 གིས་ལུས་ཁུངས་སྐྱོན་རྒྱང་དུ་གཏོང་བ་དང་རྒྱ་སྐྱོན་རྒྱང་དུ་གཏོང་བའི་ལག་རྩལ།
 ཐོན་ཁུངས་ལོར་རྒྱག་ལེད་སྟོད་ཕྱེད་པའི་བཞེལ་དང་སྒྲིག་ཆས་ཁྲབ་སྒྲེལ་གཏོང་
 དགོས། ཡོང་སྒོ་འཕར་སྐྱོན་དང་འགོ་སྒོ་སྐྱོན་རྒྱང་ཕྱས་ནས་གོམ་གང་མཉུན་སྒྲོས་
 གྱིས་ཐོན་ཁུངས་ལེད་སྟོད་ཕྱེད་ཆང་མཐོར་འདེགས་སུ་གཏོང་དགོས་པ་དང་། ལེད་
 མེད་དངོས་རོ་ལས་ཁྲུང་ཆང་དང་བཅོག་འགྱུར་དངོས་པོའི་འབྲུད་སྐྱར་ཕྱེད་ཆང་དམའ་
 རུ་གཏོང་དགོས། ཐོན་ཁུངས་ལེད་སྟོད་ཕྱེད་ཆང་ཆེས་མཐོ་བ་དང་བཅོག་འགྱུར་
 དངོས་པོ་ལས་འབྲུད་སྐྱར་ཕྱེད་ཆང་ཆེས་དམའ་བའི་གཙང་སྒྲུ་ཐོན་སྟོད་ཕྱེད་པའི་
 དཔེ་སྐྱོན་གོང་དལ་ཁེ་ལས་དང་ཐོན་ལས་གྱི་འབྲེལ་བ་ཐུག་ས་མཐོན་པོ་དུ་མ་ཡོད་
 པ། ཐོན་ཁུངས་ལོར་རྒྱག་ལེད་སྟོད་ཡག་པོ་ཕྱེད་པའི་གོང་དལ་ཁེ་ལས་གྱི་སྒྲེད་དོས་
 དཔལ་འབྱོར་ས་ཁུལ་ཆགས་པ་ཕྱེད་དགོས། ལོར་རྒྱག་གི་དཔལ་འབྱོར་ལ་དཔལ་
 འབྱོར་གྱི་ཁེ་ཕན་དང་ཁོར་ཡུག་ཁེ་ཕན་ཐུན་མོང་དུ་འཕར་སྐྱོན་ཡོང་བ་ཕྱེད་དགོས་

པ་དང་ཐོན་ལས་གཞི་བྱོན་ཅན་ནི་འགག་ཅུ་ཡིན་པ་རེད། བྱོན་ཡོངས་ནས་འཆར་
འགོད་དང་ཆོད་དང་མཐུན་པའི་བྱ་བ་སྤངས་ནས་གཅིག་བསྐྱས་ཀྱིས་གྲོང་རྒལ་ཁེ་
ལས་འཇུགས་སྐྱོན་བྱེད་རྒྱ་ནི་ཁེ་ལས་ཀྱིས་བཙོག་འགྱུར་ཐག་གཅོད་བྱེད་པའི་རྒྱས་
པ་མཐོར་འདེགས་སུ་གཏོང་བའི་ཕན་རྒྱས་ལྡན་པའི་ཐབས་ལམ་ཞིག་ཡིན་པ་རེད།

༩. ཐོན་སྐྱེད་མ་ལག་ལེགས་སྒྲིག་ཆ་ཆུན་མི་ཆང་བ་དང་དུས་ཚོད་ཐུང་དུའི་
ནང་ཆགས་དཀའ་བའི་གཞི་བྱོན་ཅན་གྱི་ཐོན་སྐྱེད་བཙོག་འགྱུར་བཙོས་སྐྱོང་བྱེད་
པའི་དམིགས་ཡུལ་དང་མཐུན་པའི་གནས་ཚུལ་འོག་འོས་ཁིང་འཆམས་པའི་སྒྲོ་ནས་
ཐོན་ལས་སྒྲིག་གཞི་ལེགས་སྒྲིག་བྱེད་དགོས་པ་དང་གནས་བབ་དང་བསྐྱར་ནས་
བཙོག་འགྱུར་ཁྱད་བ་དང་བཙོག་འགྱུར་མེད་པའི་ཐོན་ལས་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་དགོས།

(བརྒྱད) ཁིང་ལས་བྱེད་ཐབས།

བཙོག་འགྱུར་འགོག་པའི་ས་བོན་གདམ་གསེས་དང་ཚོས་འདེབས་བྱས་ནས་
བཞོ་བྲ་གཏོར་ཁ་ཁེ་ལས་ཀྱི་གཡས་གཡོན་དུ་བཙོག་འགྱུར་འགོག་པའི་སོན་བཟང་
བྱ་བ་སྤེལ་གཏོང་དགོས། ལོ་རྟག་བྱ་བ་སྤངས་ཡག་པོ་བསྐྱབ་ནས་སོན་བཟང་བཀོད་
སྒྲིག་ཡག་པོ་བྱས་ཏེ་རྒྱུ་ཁམས་ཆེན་པོའི་བཙོག་འགྱུར་གྱིས་འབྲུ་རིགས་ལོ་རྟག་
ལ་གནོད་འཆེ་གཏོང་བ་སོགས་ཇེ་ཡང་དུ་གཏོང་བ་དང་མི་འབྱུང་བ་བྱེད་དགོས།

(དགུ) འཚོ་བའི་བཙོག་འགྱུར་འབྲུང་ཁུངས་ཚོན་འཛིན་བྱེད་དགོས།

སྤྱི་ཚོགས་རིང་ལུགས་ཀྱི་གྲོང་སྡེ་གསར་པ་འཇུགས་བསྐྱར་བྱས་པ་དང་བསྐྱར་
ཆ་ཆུན་ཡོད་པའི་ས་ཁུལ་དུ་གཅིག་བསྐྱས་ཀྱིས་སྒྲོ་ནས་སྤོད་དམངས་འདུས་སྡེ་རྒྱུང་
བ་འཇུགས་བསྐྱར་བྱེད་དགོས། དཔུན་དུས་གཅིག་བསྐྱས་ཀྱིས་སྒྲོ་ནས་སྤོད་སྡེས་

འཕེལ་བ་བྱེད་ན་རྒྱང་ཁམས་ཆེན་པོ་བཙོག་འགྱུར་བྱུང་བ་ལ་གཅིག་བསྟུས་ཀྱིས་
ཐག་གཅོད་བྱེད་ཐུབ། དེ་ནི་རྒྱ་ཚད་ངེས་ཅན་གྱི་གོ་གསུམ་རྒྱང་ཁམས་ཆེན་པོའི་
བཙོག་འགྱུར་ལྟར་དུ་གཏོང་ཐུབ།

(བརྒྱ) གྲོང་གསེབ་ཀྱི་རྩུས་ཁུངས་སྒྲིག་གཞི་རྒྱུ་ལགས་སུ་གཏོང་དགོས།

གྲོང་གསེབ་ཀྱིས་བསྐྱེད་པ་པོའི་དོ་སྙེལ་གྱི་རྩུས་ཚད་དོད་མ་ལ་ཤུགས་སྒོམ་
བརྒྱབ་ནས་མུ་མེད་མའའ་པོའི་དོ་སྙེལ་པོའི་སྒྲོན་བྱེད་པོའི་བསྟར་ཚད་མཐོར་འདེགས་
སུ་གཏོང་དགོས་པ་དང་མུ་མེད་པོའི་དོ་སྙེལ་པོའི་སྒྲོན་བྱེད་མི་ཆོག་པ་བྱེད་དགོས།
རིམ་པ་བཞིན་དུ་གྲོང་གསེབ་གཙང་སྒྲ་རྩུས་ཁུངས་ཀྱི་བསྟར་ཚད་མཐོར་འདེགས་
སུ་གཏོང་དགོས། དཔེར་ན་ཆ་རྒྱུན་ཡོད་པའི་སྒྲ་ལ་དུ་རང་བྱུང་རྒྱབ་རྒྱངས་པོའི་
སྒྲོན་བྱེད་པ་གདལ་བྱུང་དུ་གཏོང་དགོས། སྒྲེད་ངོས་རྩུས་ཁུངས་ཤུགས་ཆེན་གསར་
སྒྲེལ་བྱེད་དགོས། དཔེར་ན་གྲོང་གསེབ་རྒྱབ་རྒྱངས་འདྲུ་འགོད་ལག་བསྟར་བྱེད་
ན་སོགས་བསྐྱེད་པ་ནས་རྒྱང་ཁམས་ཆེན་པོ་ལ་བཙོག་འགྱུར་བཞེས་པ་ཐག་གཅོད་
བྱེད་ཐུབ་ལ། རྒྱབ་རྒྱངས་སྒྲོན་པ་ལས་ཁིང་པ་ལ་སྟབས་པ་དེ་བཞེས་ཐུབ་ཀྱི་ཡིན་
པ་རེད། དུས་མཚུངས་སུ་ཁིང་ལས་ཐད་ཀྱི་སྒྲེས་ལྟར་རྒྱབ་ཤུགས་ཆེ་དུ་གཏོང་
ཐུབ་ལ། རྒྱས་ལུང་པོའི་སྒྲོན་ལྟར་དུ་གཏོང་ཐུབ་པ་རེད།

(བརྒྱ་གཅིག) རྣམ་པ་མི་འདྲ་པའི་རྒྱང་ཁམས་ཆེན་པོའི་བཙོག་འགྱུར་འགྱུར་
ཁུངས་འགོག་བཙོས་བྱེད་དགོས།

གྲོང་གསེབ་དྲིལ་བསྐྱེད་པ་སྒྲོལ་གསོ་བྱེད་པ་བརྒྱད་ནས་མཐོར་སྔ་ཡངས་
ཐོག་མེར་བསྐྱེད་པའི་གཞོན་འཛོལ་ལ་བཞད་བྱེད་དགོས། སོགས་དང་པོའི་

མེད་དངོས་རོ་སྒྲོམ་འགྲིག་དངོས་པའི་ཐོན་ཁུངས་ཅན་པེད་སྟོན་བྱེད་སྐྱེད་སྐྱེད་དང་ཐབས་
 ལམ་བརྒྱད་ནས་སོག་མ་མཐོངས་ཡངས་ཐོག་མེར་བསྐྱེགས་སྐྱེད་དང་གད་སྐྱེགས་
 མཐོངས་ཡངས་ཐོག་མེར་བསྐྱེགས་སྐྱེད། སྒྲོམ་འགྲིག་མཐོངས་ཡངས་ཐོག་མེར་
 བསྐྱེགས་སྐྱེད་སོགས་བཀག་འགོག་བྱེད་དགོས། ཏུ་ཆོགས་རང་བཞིན་དང་རྒྱུངས་
 ཁམས་ཆེན་པོ་ཁ་ཤས་ཀྱི་བཙོག་འགྱུར་ཆོད་འཛིན་བྱེད་དགོས། རང་རྒྱལ་གྱི་ལོ་
 རེའི་ཞིང་ལས་ལོ་རྟོག་སོག་མ་ཐོན་ཆོད་དེ་ཏུན་ཏུང་ལྷུང་ལྷུག་ལས་བཟུལ་གྱི་ཡོད་པ་
 རེད། སོག་མ་མེར་བསྐྱེགས་ན་རྒྱུང་ཁམས་ཆེན་པོ་ལ་བཙོག་འགྱུར་བཞོས་པ་མ་
 ཆོད་ཐོན་ཁུངས་འཕྲོ་བརྒྱུག་ཏུ་གཏོང་བ་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། ལ་སོག་མ་སྟོགས་
 བསྐྱེད་ཐེད་སྟོན་བྱེད་སྐྱེད་མདོར་བསྐྱེད་ཅམ་རོ་སྒྲོན་བྱེད་རྒྱུ་ཡིན་པ་གཤམ་གསལ་
 ལྟར།

༡. ཞིང་ལས་ལོ་རྟོག་གི་སོག་མ་ལ་བཅུད་རྩ་སུན་སུམ་ཆོགས་པོ་ཡོད་
 པས་གསོ་སྟེལ་ལས་རིགས་ཀྱི་གཟན་ཆག་ཏུ་ལས་སྟོན་བྱེད་ཆོག་པ། དེ་མཆོད་རྩལ་
 རྒྱུངས་རྩིང་སུའི་གསར་རྒྱུན་བྱེད་ས་དང་ཐད་ཀར་ཞིང་ནང་གི་ལུང་རྩལ་ལྟ་སུ་ཞིག་
 ཏུ་བཅིས་ནས་རྒྱུར་བསྐྱེད་བྱེད་ཆོག་པ་རེད། སོག་མ་པན་ལུས་ལྟན་པའི་སྟོན་ནས་པེད་
 སྟོན་བྱེད་སྐྱེད་པ་བྱ་ཆེད་རང་རྒྱལ་གྱི་ཞིང་ལས་ལག་ཅུལ་སྟེ་ཁག་གིས་ས་སུལ་མི་
 འབྲུབ་མང་པོ་དང་མཐུན་པའི་སོག་མའི་པེད་སྟོན་བྱེད་སྐྱེད་གསར་སྟེལ་བྱས་ཡོད།

༢. སོག་མ་ཞིང་ནང་ཏུ་བཏིངས་ན་པན་ལུས་ལྟན་པའི་སྟོན་ནས་ས་གཤིས་
 ཀྱི་སྟེ་ལྟན་རྩལ་བཅུད་ལུགས་ཆེ་ལུགས་ཏོང་བྱེད། སོག་མ་ཞིང་ནང་ཏུ་བཏིངས་པའི་
 བྱེད་ཐབས་མང་པོ་ཡོད་པ། དཔེར་ན་སོག་མས་ཤིང་རྟོག་རབ་བཀའ་པ། སོག་མ་

ཐད་ཀར་ཞིང་ནང་དུ་བཞིངས་པ། མགོགས་པོ་རུལ་སོང་བའི་སོག་མ་ལས་སྒྲིལ་ན་
 རྫས་བརྟུན་གར་དུ་གཏོང་བ་མཐོན་པོ་ཡིན་པའི་ལག་རྩལ། སོག་མ་ལ་བརྟེན་ནས་
 བཟའ་ཆོག་པའི་གཞི་ལོ་འདེབས་འཇུགས་ཁྱེད་པའི་ལག་རྩལ་བཅས་སོ། །

༣. གནམ་གཤིས་དོད་པའི་ས་ཁུལ་དུ་སོག་མ་སྒྱུར་བསྐྱལ་བྱས་ཏེ་རྫ་
 རྫངས་བཟོས་ནས་གོང་གསེབ་ཀྱི་འཛོལ་ར་འབར་རྫས་མཐོ་སྒོན་ཁྱེད་འདུག རྫ་
 རྫངས་ལས་བྱུང་བའི་བཅོག་རྒྱ་དེ་ཕྱོགས་བསྐྱུས་པེད་སྒོན་བྱས་ནས་གཟན་ཆག་དང་
 རྫས་ལུད་ཁྱེད་ཆོག འདི་འདྲ་བྱས་ན་པན་རུས་ལུན་པའི་སྒོ་ནས་གོང་གསེབ་ཁོར་
 ཡུག་འཕྲོད་བསྟེན་ལེགས་བཅས་འབྱུང་བུ་བ་དང་། ཞིང་ལས་འཁོར་རྒྱག་བཟང་
 པོ་རང་བཞིན་གྱི་ཁྱེད་རྫངས་ལ་སྒྱུལ་འདེད་གཏོང་བུ་བ། འོན་ཀྱང་གནམ་གཤིས་
 འབྱུགས་ངར་ཆེ་བའི་ས་ཁུལ་དུ་པན་རུས་ལུན་པའི་སྒོ་ནས་པེད་ཁྱེད་བྱས་

༤. རྫངས་འབྱུར་ཐབ་ཀ་ལས་སོག་མ་འབར་ཆོག་པའི་རྫངས་གཟུགས་སུ
 འཕོ་འབྱུར་གཏོང་བུ་བ། གཅིག་བསྐྱུས་ཀྱིས་རྫངས་མཐོ་སྒོན་ཁྱེད་པའི་སྒྲིག་ཆས་
 བརྒྱན་ནས་གོང་གསེབ་ཀྱི་དུད་ཚང་ལ་འཛོལ་བའི་རུས་ཁུངས་མཐོ་སྒོན་ཁྱེད་རྒྱ་ནི་
 འབྱུགས་ངར་ཆེ་བའི་ས་ཁུལ་དུ་པན་རུས་ལུན་པའི་སྒོ་ནས་སོག་མ་པེད་ཁྱེད་བྱས་
 བས་རུས་ཁུངས་སུ་འབྱུར་བ་ཁྱེད་པའི་ཁྱེད་ཐབས་ཞིག་ཡིན་པ། རྫངས་འབྱུར་
 ཐབ་ཀ་ལས་གོའི་སོག་མ་དང་མཐོས་ལོ་ཏྲག་གི་སོག་མ། རྒྱ་འབྲས་སོག་མ་སོགས་
 རྒྱུད་ཚད་མཐོ་བ་དང་དབྱེད་རྫུང་མི་འདད་པའི་ཁོར་ཡུག་ནང་སོར་རྒྱུད་འབྱུར་འབྱུར་
 སྒྲིག་ཆས་བརྒྱན་དེ་ཁྱུ་བ་ཆ་གཅི་བའི་འབར་རྫས་ཀྱི་རྫངས་གཟུགས་སུ་འབྱུར་བུ་བ།

༥. ལོ་ཏྲག་མང་ཆེ་ཤོས་ཀྱི་སོག་མ་ཚང་མ་ཕྱུགས་ཐོག་ལ་གཟན་ཆག་ཁྱེད་

ཆོག་གསོ་སྒྲེལ་ལས་རིགས་ཀྱིས་ཞིང་དོར་བྱེད་པར་བརྒྱུད་ན་གཟན་ཆག་གི་མ་
 ཅུ་དམའ་ཅུ་གཏོང་བྱུལ་པ་དང་ཡན་ལུས་ལྡན་པའི་སྒོ་ནས་རྒྱས་ལུང་བེད་སྒྱུད་བྱེད་རྒྱ་
 དམའ་ཅུ་གཏོང་བྱུལ། ས་གཤིས་ལེགས་བཅོས་བྱེད་ན་ཞིང་ལས་ལོ་རྟག་གི་ཐོན་ཆོད་
 མཐོར་འདེགས་སུ་གཏོང་བྱུལ་ལ་གཅིག་གོ་མང་ཆོད་ཀྱི་དོན་བཟང་ཞིག་ཡིན་པ་རེད།

གཉིས། རྒྱུང་ཁམས་ཆེན་པོའི་བཅོམ་འགྱུར་དངོས་པོ་ལས་གྲོང་མིའི་
 བདེ་ཐང་ལ་གནོད་འཆེ་གཏོང་བ་འགོག་བཅོས་བྱེད་པའི་བྱེད་ཐབས་

སྒྱུད་དགོས།

(གཅིག) རྒྱངས་འཁོར་གྱི་རྒྱངས་རོ་ལས་གྲོང་མིའི་བདེ་ཐང་ལ་གནོད་འཆེ་གཏོང་
 བ་འགོག་བཅོས་བྱེད་ཐབས།

དཔལ་འབྱོར་འཕེལ་རྒྱས་འགོ་བ་དང་འགྲིམ་འགྲུལ་སྒྲེལ་འདྲེན་བྱ་གཞག་
 འཕེལ་རྒྱས་འགོ་བའི་དགོས་མཁོ་ཉན་བཞིན་ཡིན་ལ། གྲོང་གསེབ་ཀྱི་གྲོང་སྡེ་ཡོངས་
 ལ་སྒྱུད་བྱུལ་པའི་གཞུང་ལམ་ཞེས་པའི་འཆར་གཞི་ཆེན་པོ་རིམ་བཞིན་མངོན་འགྱུར་
 བྱུང་བས་རྒྱངས་འཁོར་གྱི་རྒྱངས་རོ་བཅོམ་འགྱུར་ལས་གཞུང་ལམ་གཡས་གཡོན་
 ཀྱི་གྲོང་མིའི་བདེ་ཐང་ལ་ཤུགས་རྒྱུན་ཐེབས་པ་ལ་དོ་སྣང་བྱེད་དགོས། ཆེད་མཁས་
 པའི་ཆོད་ལེན་ཆོད་ལྟ་དཔེ་ཞིབ་བྱས་པར་གཞིགས་ན་རྒྱངས་འཁོར་གྱི་རྒྱངས་རོ་ནང་
 དབྱང་གཅིག་ཐན་རྩམ། ཉན་དབྱང་འགྱུར་རྩམ། ལྷ་འདྲེས་འགྱུར་རྩམ་བཅས་འདུས་
 ཡོད། དུས་ཡུན་རིང་པོའི་ནང་གནོད་པ་ཡོད་པའི་དངོས་རྩམ་དེ་དག་ལ་ཤུགས་པ་དང་།
 རྒྱུད་པར་དུ་གནམ་གཤིས་མི་བཟང་པའི་ཆ་རྒྱུན་འོག་སྟེ། དཔེར་ན་སྐྱུག་པ་འཕྱུར་པའི་

(གཉིས) ཁང་ནང་དུ་རྒྱུ་རྒྱུ་བར་བྱས་ཏེ་མ་ལའང་རྒྱུ་སྤྲུལ་ཆོད་ལེགས་པ་ཅོས་བྱེད་དགོས།
 མིག་སྒྲུབ། གྲོང་གསེབ་སྟོན་ཁང་གི་རྒྱུ་རྒྱུ་གི་འཇུག་སྒྲུངས་གཙོ་བོ་ནི་
 རང་བྱུང་ལ་བརྟེན་བཞིན་པ་སྟེ། དཔེར་ན། སྒོ་བྱེད་དང་སྒྲེལ་ཁུང་བྱེད། རྒྱུ་གི་
 སྒྲེལ་ཁུང་བྱེད་པ་སོགས་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱུ་འགོ་བའི་དམིགས་ལུལ་ཐོབ་པ། རང་
 བྱུང་རྒྱུ་འགོ་བའི་ཕན་འབྲས་བཟང་མིན་ནི་སྒོ་དང་སྒྲེལ་ཁུང་ཡོད་ས་དང་རྒྱ་
 ཁྱོན། ཁ་སྐྱོགས། དེ་མིན་པའི་ས་གནས་དེ་གའི་རྒྱུ་གི་ཁ་སྐྱོགས། རྒྱུ་ཆོད་སོགས་
 ལ་རྒྱུ་ལས་པ་རེད། དེར་སྒྲིབ། སྟོན་ཁང་འཇུགས་བསྐྱེད་བྱས་ཁང་པའི་
 གཡས་གཡོན་གཉིས་སུ་སྒྲེལ་ཁུང་གཟུག་རྒྱུར་བསམ་སྟོག་གཏོང་དགོས་པ་དང་
 ཁང་པའི་ནང་གི་སྒྲེལ་ཁུང་གཉིས་ཀ་ཕན་ཚུན་ཁ་སྐྱོད་ཐུབ་པ་བྱེད་དགོས། དེ་འདྲ་
 བྱས་ན་རྒྱུ་རྒྱུ་བར་ཕན་ཐོགས་ཡོད། ད་དུང་རང་བྱུང་རྒྱུ་འགོ་བའི་ནང་རྒྱུ་བརྟེ་
 རེས་བྱེད་ཆོད་ཆེས་ཆེ་བ་དང་། སྒྲོ་སྐྱོགས་ཆོད་ཆེ་བའི་ས་ཁུལ་གྱི་དབྱར་དུས་
 ཁང་ནང་གི་གནམ་གཤིས་རྒྱུ་དུ་ལེགས་པ་ཅོས་བྱེད་རྒྱུར་དོན་སྤྲོད་གལ་ཆེན་ཕྲན་
 པ་རེད། བྱུང་སྐྱོགས་གང་དང་ཆེ་བའི་ས་ཁུལ་དུ་དགྲན་དུས་ཁང་ནང་དུ་བྱོད་སྐྱེས་
 བྱེད་དགོས་པ་དང་མ་ལའང་རྒྱུ་གསར་པ་འགན་སྒྲུང་ཐུབ་པ་བྱེད་དགོས། དེར་སྒྲིབ་
 གཞན་པའི་བྱེད་ཐབས་སྒྲུང་ནས་ཁང་པའི་ནང་གི་རྒྱུ་རྒྱུ་བ་ལ་བྱུགས་སྟོན་གནང་
 དགོས་སྟེ། དཔེར་ན་རྒྱུ་གི་སྒྲེལ་ཁུང་དང་རྒྱུ་འགོ་ས་མང་པོ་གཟུག་དགོས།

(གསུམ) བརྒྱན་གཤེར་ཆེ་བའི་མ་ལའང་རྒྱུ་གི་གཙོ་དཔྱད་འཆོལ་གསལ་འགོ་བྱེད་དགོས།
 བརྒྱན་གཤེར་ཆེ་བའི་སྟོན་ཁང་དུ་གྲུང་དོས་སུ་བཞུགས་པ་དང་སྒྲོས་པ།
 གསལ་སྒྲུབ་ཐེབས་པ། གྲུང་ཤོག་དང་དཀར་ཅི་བྱུག་པ་སྒྲུལ་པ། ཏམ་འི་རྒྱུག་པ།

རུལ་དྲིཐོ་བསྐྱེད་པའི་ལུང་སྒྲུབ་ལ། རྫོང་ཁང་གི་ཕྱི་བསྐྱེད་གྱི་སྒྲིག་གཞི་བརྒྱན་གསེར་བྱུང་
 རྫོང་ཁང་ཁང་གི་མཁའ་རྒྱུད་ནང་བརྒྱན་གསེར་བྱུང་ནས་ཁང་ཁང་གི་བརྒྱན་གསེར་
 ཆེན་པོ་འགོ་རེས། ཆོད་ཆེ་བའི་དུས་ཆེགས་ནང་པག་ག་འགོག་དངོས་པོ་ལས་དྲོད་
 ཆེར་སོང་བ་དང་གྲང་ངར་ཆེ་བའི་དུས་ཆེགས་ནང་ལུས་པོ་འདྲོད་ཆོད་མཁྱོགས་
 པོ་དམའ་རུ་འགོ་བ་རེད། གལ་ཏེ་དུས་ཡིན་རིང་པོ་མཁའ་རྒྱུད་བརྒྱན་གསེར་ཆེ་
 བའི་རྫོང་ཁང་ནང་བསྐྱེད་ན་སེམས་ཁམས་དང་ལུས་ཀྱི་དྲོད་ཆོད་སྒྲེས་འཕེལ་
 བྱུང་ཆོད་དམའ་རུ་འགོ་བ་དང་རིམས་ནད་འགོག་སྟོབས་དམའ་རུ་འགོ་ཁྲིང་།
 བརྒྱན་གསེར་རང་བཞིན་གྱི་ནད་དང་མགིན་ལམ་ནད་ཕོག་སྒྲུབ་ཡིན་པ་རེད། དེར་
 སྒྲིབ། བརྒྱན་གསེར་ཆེ་བའི་རྫོང་ཁང་ནང་གི་ཅ་ལག་དང་ཁྱིམ་ཆས་སྟོད་པའི་དུས་
 ཆོད་བྱུང་རུ་འགོ་བ་ཡིན། དེའི་སྐོར་གྱི་རྫོང་ཁང་ནང་གི་བརྒྱན་གསེར་འགོག་སྒྲིལ་
 གྲོང་གསེབ་ཀྱི་རྫོང་ཁང་འཇུགས་བསྐྱེད་ནང་གི་གལ་ཆེ་ཤོས་ཞིག་ཡིན། སྒྲིབ་
 བཏང་གི་བརྒྱན་གསེར་འགོག་པའི་བྱེད་ཐབས་ཁ་ཤས་ཡོད་པ་སྟེ།

༡. ས་འོག་གི་རྩ་གནས་དམའ་བ་དང་ས་གཤིས་སྐྱམ་ཤས་ཆེ་བའི་ས་གདམ་
 བས་རྫོང་ཁང་བསྐྱེད་དགོས།

༢. རྫོང་ཁང་གི་རྒྱུད་རྒྱུགས་ས་དང་ཉི་འོད་ཡག་པོ་འཕྲོས་བྱུང་པ་ལག་ཐེག་
 བྱེད་དགོས།

༣. རྫོང་ཁང་ནང་གི་ས་འོག་དེ་མ་མཐའ་ཡང་ཕྱི་རོལ་གྱི་ས་འོག་ལས་ལི་
 སྒྲི་ཉི་ཤུ་ལས་མཐོ་བ་བྱེད་དགོས། དེ་མ་ཆོད་གཡའ་མི་ཆགས་པའི་ངར་ལྷགས་གདམ་
 པ་དང་བྱེད་ཐབས་གཞན་པ་སྟེད་ནས་བརྒྱན་གསེར་འགོག་དགོས། དཔེར་ན་རྫོང་

ཁང་ནང་གི་དེ་ལོ་དང་འབྲེག་ཤོག་གདན་བཏིངས་ནས་བརྒྱན་གསེར་འགོག་དགོས།

༤. རྩོད་ཁང་ཉི་འདུལ་དུ་ཁྱེད་ཀྱི་ཁྱི་མ་ཡོད་པ་བྱེད་དགོས།

༥. རྩོད་ཁང་གསར་པ་སྐྱོན་ནས་སྐམ་པོ་མ་གྱུར་རྩོན་མི་རྩོད་མི་ཉན།

(བཞི) རྩོ་སྐལ་བསྐྱེགས་པ་ལས་བྱིམ་ནང་གི་མ་ཁལ་རྒྱུར་ཁོར་ཡུག་བཙོག་འགྱུར་བཞེས་པ་བཀག་འགོག་བྱེད་དགོས།

རྩོ་སྐལ་བསྐྱེགས་པ་ལས་བྱིམ་ཆང་གི་ཁོར་ཡུག་ལ་བཙོག་འགྱུར་གནོད་འཚེ་ཉུང་དུ་གཏོང་བ་བྱེད་ཆེད་གཤམ་གྱི་བྱེད་ཐབས་ཁ་གསལ་བྱུང་ཆོག་པ་སྟེ། གཅིག་ནི་ཁང་ནང་གི་ཐབ་ཀ་ལ་ངེས་པར་དུ་དུ་ཁུང་གཟུག་དགོས། ཐབ་ཀ་དང་ཉལ་ཁང་སོ་སོར་འབྱེད་དགོས། མེར་སྟོ་བ་བྱེད་དུས་དུ་མདོར་ལྟ་བུའི་ཕེ་ཅིང་ཁོ་ཐབ་སྟུང་ནས་མེར་སྟོ་བ་བྱེད་དགོས། དུས་མཚུངས་སྟེ་ཁང་ནང་གི་རྒྱུ་ཁྱུག་ས་དང་མཁལ་རྒྱུར་བརྗེ་བ་དོ་སྦྱང་བྱེད་དགོས། གཉིས་ནི་དུ་བ་མེད་པ་ལུ་ཟླ་ཟླ་དམའ་བ་དང་རྒྱལ་དམའ་བའི་རྩོ་སྐལ་གདམ་གསེས་བྱེད་དགོས། དཔེར་ན་རྩོ་སྐལ་ནང་ལུ་ཟླ་ཟླ་འདུས་ཆད་མཐོང་ག་ན་རྩོ་སྐལ་ནང་གི་བརྒྱ་ཆ་བརྒྱ་ཡས་མས་གྱི་རྩོ་ཐལ་དང་རྩོ་ཐལ་རྒྱ་བསྐྱེས་ན་པན་ལུས་ལྟན་པའི་སྒོ་ནས་དབྱང་གཉིས་ཏུ་ལི་ལུ་བྱུང་ཆད་དམའ་དུ་གཏོང་བྱེད་གསལ་མི་རྩན། ལུ་ཟླ་ཟླ་ལི་རྒྱ་བཙོག་དང་བཞོ་ལས་རྒྱ་བཙོག་སྟུང་ནས་རྩོ་སྐལ་ལས་མི་ཉན། ལུ་ཟླ་ཟླ་ཆོའི་ནང་གཞོད་ཡོད་ཀྱི་དངོས་རྒྱུ་འདུས་ཡོད་པས་མེར་བསྐྱེགས་རྗེས་མཁལ་རྒྱུར་བཙོག་འགྱུར་བྱུང་ནས་མིའི་ལུས་པོ་ལ་གནོད་འཚེ་ཐེབས་ངེས་ཡིན།

(ལྔ) སྐལ་རྒྱུངས་དུག་ཤོག་པ་རྩོན་འགོག་བྱེད་དགོས།

སྐལ་རྒྱུངས་དུག་ཤོག་པ་ཞེས་པ་ནི་དབྱང་གཅིག་ཐན་རྒྱུ་ཤོག་པ་ཡིན། ལུ་

མཚན་ནི་དབྱང་གཅིག་ཐན་རྫས་ནི་ཚོན་ཁ་མེད་པ་དང་དྲི་མེད་པ། ཟུག་ག་ཟེར་མི་
 སྒོང་པའི་རྒྱངས་གཟུགས་ཞིག་ཡིན་པས་མིས་རྩལ་རྩལ་གྱིས་ཆོར་བྱུང་མི་བྱལ་པ་
 དང་དུག་ཕོག་སྒྲ་པ་ཡིན། སོལ་རྒྱངས་ནང་ནི་སོལ་དངོས་རྫས་འདུས་ཚད་མེར་
 བསྐྱེད་ཀྱིས་བྱུང་བ་ཞིག་ཡིན་པ། དེ་ལས་ཆེ་གོས་ནི་སོལ་ག་དང་རྫ་ལེབ་བསྐྱེད་ཀྱིས་
 རྒྱབས་བྱུང་བ་ཡིན་པ། སྒྲེལ་བྱུང་བ་རྒྱབ་པ་དང་རྒྱུག་ཀྱུགས་མི་བཟང་པའི་ནང་
 སོལ་བ་བསྐྱེད་ཀྱིས་དུག་ཕོག་སྒྲ་པ། དེའི་སྐོར་གྱི་གོང་དུ་བཤད་པའི་ངལ་ཅོལ་
 དང་ཐོན་སྐྱེད་ནང་བྱང་པར་དུ་དྲོགས་ཐོན་བྱས་ནས་དུག་མི་ཕོག་པ་བྱེད་དགོས།
 དབྱང་གཅིག་ཐན་རྫས་དུག་ཕོག་པ་སྒྲོན་འགོག་བྱེད་དགོས་ན་གཤམ་གྱི་སྒྲོགས་ཁ་
 ཤས་དོ་སྒྲུང་བྱེད་དགོས་པ་ཉི།

༡. སོལ་ག་དང་རྫ་ལེབ་བསྐྱེད་ཀྱིས་རྒྱབས་ལས་སྒྲུབ་མི་སྒྲུང་རྒྱུག་ས་རྩལ་
 བསྐྱེད་ནས་བྱ་བ་བསྒྲུབ་དགོས་པ་དང་དབྱང་གཅིག་ཐན་རྫས་ལྷན་པོའི་ནང་མི་
 ཡོང་བ་བྱེད་དགོས། ཆ་སྐོར་མེད་ན་བརྗེ་རེས་བྱས་ནས་བྱ་བ་བསྒྲུབ་དགོས། དུས་
 ལྷན་རིང་པོ་གཏན་ནས་སྒྲོད་མི་ཉན། དགུན་དུས་ཐབ་ཀའི་ནང་དྲོད་འཕེལ་དོ་སོལ་
 བསྐྱེད་ཀྱིས་རྒྱང་འབྱུང་སྒྲུང་བྱེད་པའི་ལྷགས་མདོང་གཟུག་དགོས་པ་དང་རྒྱང་
 རྒྱུག་གཏོང་བྱལ་བ་བྱེད་དགོས།

༢. སོལ་བ་བསྐྱེད་ཀྱིས་བྱུང་འབྱུང་སྒྲུང་བྱེད་པའི་ལྷགས་མདོང་བལྟགས་
 མེད་པའི་ཁྱིམ་ཚང་གིས་ཉིན་མོར་རྒྱང་རྒྱུག་བྱལ་པར་སྒོ་སྒྲེལ་ནས་འཛོག་དགོས་པ་
 དང་དགོང་མོར་སོལ་བ་བསྐྱེད་ཀྱིས་ཐབ་ཀ་སྒོ་རྒྱབ་ནས་འཛོག་དགོས། དེ་ལ་
 ཚད་མེ་འགོག་ལས་ཀ་ཡག་པོ་བསྒྲུབ་དགོས།

(དུག) དྲི་བ་པའི་གནོད་འཚེ་སྒོ་འཁོག་བྱེད་དགོས།

དྲི་བ་འཁོག་བཅོས་བྱེད་དགོས་ན་སྒྲིགས་བསྟུས་རང་བཞིན་གྱི་བྱེད་
ཐབས་སྒྲིད་དགོས། ཐོག་མར་ཐོན་སྒྲིད་དང་སྒྲིད་པའི་ཁོར་ཡུག་ནང་གི་དྲི་བ་པ་
འབྱུང་ཁུངས་གྱི་དོ་དམ་ལ་ལྷགས་སྒོ་ན་གནང་དགོས། གྲོང་རྒལ་གྱི་རྩ་ས་འགྱུར་
བཅོ་ལས་ཁེ་ལས་ཀྱིས་རྩ་ས་འགྱུར་གྱི་རོལ་ལ་མི་བྱུང་བ་བཀག་འཁོག་བྱེད་དགོས་ན་
ནན་ཏན་གྱིས་དྲི་བ་པའི་རྩ་ས་འགྱུར་རིག་པའི་རྒྱུ་ལས་གཞུགས་གྱི་འབྲུག་སྒྲུབ་ཆོད་
འཛིན་ནན་པོ་བྱེད་དགོས། མི་ལྷན་གྱི་གཅིག་སྒྲིག་དང་ལྷན་ཞོག་གི་ལྷི་བ་སྒྲུབས་པ་
གཅིག་བསྟུས་བྱས་ནས་ཡག་པོ་བཀག་པ་དང་འདུས་སྒྲིད་ས་ཁུལ་དང་རྒྱུ་
ཐག་རིང་པོ་ཡོད་པ་བྱེད་དགོས། རྩ་ས་ལྷན་འཛིན་ས་ཆེད་དུ་ཁང་པ་ཡོད་དགོས་པ་
དང་གང་རུང་གིས་སྒྲིད་ཁང་ནང་བཞག་མི་ཉན། གཞན་པའི་མགྲོགས་སྒྱུར་དུ་གང་
སྒྲིགས་གྱི་བེད་མེད་དངོས་རྩི་ཆོག་ས་དང་རི་དྲགས་གི་རོ་སོགས་དྲི་བ་བཅོག་
པའི་འབྱུང་ཁུངས་ཐག་གཅོད་བྱས་ནས་ཞིང་ཞོར་ཐོན་རྩ་ས་སྒྲེབ་འཛོད་ཆོད་ར་ལ་
རིགས་དབྱེ་སྟེ་གཅིག་བསྟུས་ཀྱིས་སྒོ་ནས་སྒྲེལ་དགོས། ཁྱིམ་བྱ་གསོད་ས་ལ་
འབྲོད་བསྟེན་གྱི་དོ་དམ་ལས་ལྷགས་འཛུགས་པ་དང་འབྲས་ཆང་དུ་གཏོང་དགོས་
པ་མ་ཆད་ཆོད་དང་མཐུན་པའི་སྒོ་ནས་གང་སྒྲིགས་བེད་མེད་དངོས་རྩི་ཐག་གཅོད་བྱེད་
ས་གཞུག་དགོས། དུས་ཆོད་གཏན་ཁེལ་ནང་ཁོར་ཡུག་གཡས་གཡོན་ཏུ་གཅོད་སྒྲི་
བྱེད་དགོས་པ་དང་དུག་སེལ་བྱེད་དགོས། ཞིང་ཁྱིམ་གྱི་གསང་སྒྲིད་ཁང་དང་
ཁྱིམ་བྱ་གསོ་སྒྲེལ་བྱེད་ས་སྒྲིད་ཁང་དང་རྒྱུ་ཐག་ཡོད་པ་བྱེད་དགོས། དུག་སྒྲོག་ནས་
གི་བའི་བྱི་བ་དང་ན་ནས་གི་བའི་ཁྱིམ་བྱ་སྒྱུར་དུ་ས་འོག་ཏུ་སྒྲུབ་ནས་ཐག་གཅོད་བྱས་

དེ་དྲི་རན་པ་མི་འབྱུང་བ་བྱ་དགོས། དེར་བྱིར། ཆ་རྒྱུན་མི་འབྲེལ་བ་དང་དྲི་རན་པ་
ཡོད་པའི་གནས་སྐབས་ལ་གཞིགས་ནས་དྲོད་ཚད་མཐོན་པོ་སྒྲེས་ནས་མེར་བསྟེགས་
དགོས་པ་དང་རྒྱས་བརྒྱ་པ་སོགས་བྱེད་ཐབས་སྣ་མང་སྟོན་དགོས།

(བདུན) ཐ་མག་འཐེན་པའི་གཞོན་འཛོལ་གྲགས་འགོག་བྱེད་དགོས།

ཐ་མག་འཐེན་ན་འཐེན་མ་ཐན་རང་ཉིད་ལ་གཞོན་འཛོལ་ཉུང་ཆེ། ཐ་མག་
འཐེན་ན་སྟོ་ཚད་དང་ཁྲག་ཅུ། བྲང་དང་རྒྱ་ལམ་སོགས་གྱི་ནད་འབྱུང་ལ། སྟོ་ཡུའི་
ཡན་ལག་གཉན་ཚད་དང་དབྱུགས་འཛང་། སྟོ་བ་རྒྱུང་སྒྲངས། ཁྲག་ཤེད་མཐོ་བ།
སྤྲིང་ནད། བད་ཀན་སྒྲག་པོ་སོགས་ནད་འབྱུང་། དེ་མ་ཚད་གེན་ནད་སྣ་ཚོགས་འབྱུང་
རྒྱུ་ཡིན་པ། བྱུང་བར་དུ་སྟོ་བའི་གེན་ནད་རྒྱ་ལམ་ཤི་སྤང་ཚད་ཉུང་མང་། གཅིན་
བ་མངར་འབྱུར་གྱི་ནད་ལྗིད་མོ་འགོ་རྒྱུ་ཡིན་པ་དང་མི་རྒན་རང་བཞིན་གྱི་སྟེན་པ་
གྱུར་ཐོད། བྱུང་མེད་ཐ་མག་འཐེན་མ་ཐན་ལ་མངལ་སྒྲུལ་རྒྱུ་མེད་པ་དང་ལྷ་མཚན་
རྒྱུན་ལྡན་མིན་པ་འབྱུང་ཐོད། ཐ་མག་འཐེན་པའི་སྤྱ་གུའི་ཨ་མ་ཡིས་སྤྱ་གུ་སྒྲེས་མི་
སྟབ་པ་དང་། སྒྲེས་བྱུང་ན་དབང་པོ་མི་ཚང་བ་དང་ལུས་པོ་བདེ་ཐང་མིན་པ། ནད་གཞི་
ཕོག་སྟབས། རིག་པ་བརྒྱ་མོ་མིན་ཐོད་པ་རེད།

ཐ་མག་གཅོ་པོ་འཐེན་མ་ཐན་མིན་པའི་མི་དང་། དུས་རྒྱུན་ཐ་མག་འཐེན་མ་ཐན་
དང་མཉམ་འགྲོགས་བྱེད་མ་ཐན་ལ་གཞོན་འཛོལ་ཆེན་པོ་ཐེབས་པ་ཡིན། ཐ་མག་མི་
འཐེན་མ་ཐན་གྱི་དུ་བ་དབྱུགས་ལམ་དུ་སྤང་ཚད་ཉུང་ཉུང་ན་ཡང་ཁྲག་ཅུ་ལ་གཞོན་
བཤེག་ཚད་མེད་ཐེབས་ངེས།

དོན་ཚན་གསུམ་པ།

གྲོང་གསེབ་རྒྱུང་ཁམས་ཆེན་པོའི་བཅོམ་འགྲུང་

འགོག་བཅོས་བྱེད་ཐབས།

དང་པོ། བྱི་རོལ་དུ་སོག་མ་བསྐྱེགས་མི་ཉན་པ་དང་

སོག་མ་ཁིང་ནང་དུ་གཏིང་དགོས།

སོག་མ་ཐད་ཀར་ཁིང་ནང་དུ་བཏིངས་ན་ས་གཤིས་སྤྲིག་གཞི་ལེགས་བཅོས་
འབྱུང་བུལ་ལ། ས་གཤིས་གྱི་རོ་བཅུད་གཏན་འཇགས་དང་གསོམ་གསུང་བྱེད་རྒྱུར་ཕན་
ཐོགས། དེ་མ་ཚད་ས་གཤིས་ནང་གི་ལིན་དང་ལྷ། འདུས་ཚད་དམའ་བའི་གཞི་རྒྱ་
མེད་པ་བཟོ་རྒྱུར་སྒྲུལ་སྒྲེལ་གཏོང་བུལ། དེ་ལ་བརྟེན་ནས་འབྲུ་རིགས་ལོ་ཏྲག་གི་
ཐོན་ཚད་མཐོར་འདེགས་སུ་གཏོང་བུལ་པ་མ་ཚད་ལོ་རྗེས་མའི་ལོ་ཏྲག་གི་ཐོན་ཚད་
དང་ལུད་རྗེས་གསོ་སྦྱོང་བྱེད་པའི་ཁིང་ནང་གི་བྱས་བྱུགས་ལ་བྱས་པ་དེས་ཅན་ཐོབ་
རྒྱུ་ཡིན་པ་རེད། འོན་ཀྱང་སོག་མ་ཐད་ཀར་ཁིང་ནང་བཏིངས་ན་དོ་སྣང་བྱེད་དགོས་
ས་ཁ་ཤས་ཡོད་པ་སྟེ།

༡. ཁིང་ནང་བཏིངས་པའི་གྲངས་ཚད། སྤྱིར་བཏང་གི་གནས་ཚུལ་འོག་སོག་མ་
ཚང་མ་ཁིང་ནང་དུ་གཏིང་དགོས།

༢. ཁིང་ནང་བཏིངས་པའི་དུས་ཚད་དང་བྱེད་སྒྲུངས། ཐན་སྦྱོན་བྱུང་བའི་
ཁིང་ནང་དུ་སྒྲ་ས་ནས་བྱོགས་གཅིག་ནས་བར་བསྐྱུ་པ་དང་བྱོགས་གཞན་ཞིག་

ནས་མོས་སྤྲུལ་བྱེད་དགོས།

༣. རྩམ་འགྱུར་རིགས་ཉེ་དང་ཡིན་རྩམ་ལུང་ཆ་ཚང་བཞི་དྲུག་གི་བྱེད་དགོས།

༤. སོག་མ་དུམ་བུ་གཏུབས་རྩམ་ཞིང་ནང་དུ་གདིང་དགོས། སོག་མ་ཐད་ཀར་ཞིང་ནང་དུ་མ་བཏིངས་སྟེན་དུམ་བུ་གཏུབས་ནས་མོས་འདེབས་བྱེད་དགོས།

༥. ནད་རིམས་ཡོད་པ་དང་འབྲུད་གྲ་ཐེབས་པའི་སོག་མ་ཞིང་ནང་དུ་གདིང་མི་ཉན།

གཉིས་པ། གསང་སྟོན་ཁང་གི་དྲི་རན་ཚོད་འཛིན་བྱེད་སྟངས།

གསང་སྟོན་ཁང་ནང་དུ་སོལ་མ་མང་པོ་བཞག་ནས་དུས་ཚོད་གཏན་ཁེལ་ནང་བརྟེན་བྱེད་ན་གསང་སྟོན་ཁང་ནང་གི་དྲི་རན་བཙོག་པ་ཚོད་འཛིན་བྱེད་ཐུབ།

གསུམ་པ། སྟོན་ཁང་ནང་གི་མ་ཁལ་རྒྱུད་བཙོག་འགྱུར་

ཚོད་འཛིན་བྱེད་སྟངས།

ཁང་ནང་གི་མ་ཁལ་རྒྱུད་བཙོག་འགྱུར་ཚོད་འཛིན་བྱེད་སྟངས་གཤམ་གསལ་འགའ་ཡོད་པ་སྟེ།

༡. སྟོན་ཁང་གསར་པ་བཀའ་པ་འམ་ཡང་ན་མཛེས་བཞོས་བྱས་མ་ཐག་ཡིན་པའི་སྟོན་ཁང་ནང་མགྲོགས་མཉུར་དུ་སྟོན་མི་ཉན། སྐུ་ལུང་བྱེན་སྐུ་རྒྱལ་ཐུབ་པ་བྱས་ཏེ་དྲི་རན་མེད་པར་བཟོ་དགོས། ཁང་ནང་གི་མ་ཁལ་རྒྱུད་སྤྲུལ་ཚད་མི་བཟང་པ་གཤམ་ཚོར་བྱུང་དུས་སྤྲུལ་ཚད་ཐད་ཞིབ་བཤེར་ཐོབ་ཐང་ཡོད་པའི་སྟེ་ཚོན་

གདན་དྲུས་ནས་ཚད་ལེན་ཞིབ་དཔྱད་བྱེད་དགོས།

༡. ཁང་ནང་དུ་མཛེས་པ་བཟོ་བྱེད་དུས་ཡར་ལས་དང་རྒྱ་ཆ་གདམ་གསེས་
ཡག་པོ་བྱེད་དགོས་པ་དང་ཚད་མེད་ལུང་མེད་ཀྱིས་རྒྱ་ཆ་བདེ་སྟོང་བྱེད་མི་ཉན།

༢. ཁྱིམ་ཆས་གདམ་གསེས་བྱེད་དུས་ཤིང་དངོས་ལས་གྲུབ་པའི་ཁྱིམ་
ཆས་གདམ་དགོས། གསང་ཚད་ཀྱི་ཤིང་འཇམ་དང་ཤིང་དངོས་མིན་པའི་ཤིང་
འཇམ་ལས་གྲུབ་པའི་ཁྱིམ་ཆས་གདམ་གསེས་བྱེད་སྐབས་ངེས་པར་དུ་འབྲེལ་
ཡོད་ཐེ་ཁག་གིས་ཞིབ་དཔྱད་བྱས་པའི་ཐོན་ཁུངས་གདམ་དགོས།

༣. ཟས་ལས་དུས་སྐུམ་བཙོས་བཅ་མ་ལས་མི་ཉན། ཚལ་ལས་དུས་དང་
བཙོས་དུས་ཚོད་ཐུང་དུ་བྱེད་དགོས།

༤. མོད་ཁང་ནང་ཐ་མག་འཐེན་མི་ཉན། དུ་བ་ལས་བཟོས་པའི་ཁང་ནང་གི་
མ་ཁའ་རྒྱུང་བཙོག་འགྱུར་ཉུང་དུ་གཏོང་དགོས།

༥. ཁང་ནང་དུ་སྒོ་ཁྱིམ་མི་ཉན། ཉལ་ཆས་དང་གྲོན་ཆས། གདན་སོགས་
ཉི་འོད་འོག་སྐྱམ་དུ་འཇུག་དགོས།

༦. ཁང་ནང་དུ་སྒོ་ལྗང་ཅན་གྱི་ཕྱི་ཤིང་གསོན་མ་ཁའ་རྒྱུང་དྲུངས་གཙང་
འགྱུར་རྒྱ་ལ་པན་ཐོགས་ཆེ།

བཞི་པ། སྐུམ་དྲིག་འགོག་བཙོས་ཡག་པོ་བྱེད་སྟངས།

སྐུམ་དྲིག་ནང་གཞོད་ཡོད་ཀྱི་དངོས་པོ་མང་པོ་འདུས་ཡོད་པས་མིའི་ལུས་
པོའི་གཞོད་འཆེ་འཕྱུང་ལ་བཀག་འགོག་བྱས་ནས་གཤམ་གྱི་བྱེད་ཐབས་ཁ་གསལ་
སྟོང་དགོས་པ་རྟེ།

༡. ཚལ་ལས་དུས་སྐུམ་བྱོད་དུ་འབྱུག་དུས་དུ་བ་བྱུང་སྐབས་མ་གཏོགས་
ཚལ་བཟོ་བ་བྱེད་མི་དགོས། སྐུམ་གྱི་བྱོད་ཚད་མཐོ་རུ་བྱུང་དུས་དུ་བ་ཡང་རེ་མང་
དུ་འགོ་རྒྱུ་ཡིན་པས་གཞོད་འཆི་ཏུ་ཅང་ཆེ།

༢. སྐུམ་ལེགས་ཀྱིས་བཟའ་སྐུམ་སྦྱོད་ན་བཙོག་འགྱུར་ཉུང་དུ་གཏོང་བྱེད།

༣. སྐུམ་ལས་བཙོས་པའི་བཟའ་ཆས་ཉུང་དུ་བཟོ་དགོས།

༤. ཟ་མ་ལས་དུས་དབུགས་འབུད་སྐྱུར་བྱེད་པའི་རྒྱུད་གཏོང་འཕྲུས་ཆས་
དང་སྐུམ་བྱེག་འཕྲུས་ཆས་སྦྱོད་དགོས།

༥. ལུས་པོ་ཞན་པ་དང་ནད་པ། སྐུམ་མ་དང་ཕུག་མི་རྒྱན་སོགས་ཟ་ཁང་
ནང་ཡུན་རིང་སྡོད་མི་ཉན་པ་དང་། བྱེད་པར་དུ་ཚལ་བཟོ་དུས་ཡུན་རིང་སྡོད་མི་
ཉན།

ལེའུ་བཞི་བ།

ཞིང་མྱེའི་སྤྱ་གཟུགས་གད་སྟླགས་སྤྱགས་བཅོག་དང་སྟོན་འགོག

དང་པོ། ཞིང་མྱེའི་སྤྱ་གཟུགས་གད་སྟླགས་སྤྱགས་བཅོག་

སྟོན་འགོག་བྱེད་ཐབས།

ཞིང་མྱེའི་སྤྱ་གཟུགས་གད་སྟླགས་སྤྱགས་བཅོག་བྱས་པའི་གནས་བབ་ལ་
དམིགས་ནས་གཤམ་གྱི་ཐབས་ཤེས་འདི་དག་ལག་བསྟར་བྱས་ཆོག།

(གཅིག) ཞིང་མྱེའི་ཐོན་ལས་སྤྱིག་གཞི་ཇི་ཡེགས་སུ་བཏང་ནས་ཞིང་ལས་
དག་གཅིང་ཐོན་སྐྱེད་ལག་བསྟར་བྱེད་པ།

ཞིང་མྱེའི་སྤྱ་གཟུགས་གད་སྟླགས་སྤྱགས་བཅོག་བྱས་པ་དེ་མ་གཞི་ཞིང་
ལས་ཐོན་ལས་ཀྱི་སྤྱིག་གཞི་དང་བཀོད་སྤྱིག་འོས་འཆམ་མིན་པའི་རྒྱུ་རྐྱེད། དེ་
བས་ངེས་པར་དུ་སྤྱལ་སོ་སོའི་ཞིང་མྱེའི་ཡུན་རིང་གི་འཕེལ་རྒྱས་དང་འཆམ་པའི་
འཆར་གཞི་འགོད་དགོས་པ་མ་ཟད་སྤྱི་ཡོད་ཀྱི་ཞིང་ལས་ཐོན་ལས་སྤྱིག་གཞི་ཇི་
ཡེགས་སུ་གཏོང་དགོས། བཟོ་ལས་ཐད་ཀྱི་དག་གཅིང་ཐོན་སྐྱེད་ཉམས་སྦྱང་དང་
བསམ་བློར་དཔེ་བལྟས་ནས་ཞིང་ལས་དག་གཅིང་ཐོན་སྐྱེད་འཕེལ་རྒྱས་རྒྱུ་རྐྱེད་
གཏོང་དགོས། དེ་ལྟར་བྱེད་དགོས་ན་སྟོན་གྱི་བཅོས་སྦྱོང་ལམ་སྟོགས་དེ་རྩ་
མེད་དུ་བཏང་ནས་སྟོགས་ཡོངས་ནས་སྤྱགས་བཅོག་ཆོད་འཛིན་བྱེད་པ་དང་། འགོ་

ནས་བཟུང་ཉེ་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་སྒྲགས་བཅོག་དངོས་པོ་འབྱུང་བ་སྟོན་འགོག་བྱེད་པར་
གཟབ་ནན་བྱས་ཏེ། གད་སྒྲིགས་ཐོན་ཚད་རྗེ་ཉུང་དུ་གཏོང་དགོས་པ་མ་ཟད་ཐོན་
སྐྱེད་ཀྱི་ཐོག་མཐའ་བར་གསུམ་དུ་ཞོར་ཐོན་དངོས་རྩིས་དང་གད་སྒྲིགས་དུས་ཐོག་
ཏུ་ཕྱིར་བསྐྱར་ཏེ་ཕྱོགས་བསྐྱར་བཀོད་སྤྱོད་བྱེད་པ།

(གཉིས) སྒྱེ་ཁམས་ཁོར་ལུག་སྤྱང་སྤྱོད་གི་མང་གཞིའི་སྒྲིག་ཆས་འཇུགས་
སྟོན་ལ་ལུགས་སྟོན་པ།

རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་ཞིང་གསུམ་གནད་དོན་ལ་རྒྱབ་སྐྱོར་ཆེན་པོ་བྱེད་པའི་གོ་
སྐབས་ལེགས་པོར་བརྟེན་ནས་ཐབས་ལམ་སྣ་ཆོགས་བརྒྱད་དེ་མ་དདུལ་བཀོད་
སྤྱོད་བྱེད་པ་དང་། སྒྱེ་ཁམས་ཁོར་ལུག་སྤྱང་སྤྱོད་ལ་བཏང་བའི་མ་དདུལ་རྒྱལ་ནང་
གི་སྤྱིའི་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་བསྐྱར་ཚད་རྗེ་མཐོར་གཏོང་བ་ལས་གཞན་དུ་དྲུང་དུར་ཐག་
སྒོས་སྤྱི་ཆོགས་མ་དདུལ་བསྐྱར་བ་དང་མང་ཆོགས་ལ་སྤྱུལ་སྤྱོད་བྱས་ནས་ཁོར་ལུག་
གི་མང་གཞིའི་སྒྲིག་ཆས་འཇུགས་སྟོན་ཐད་ལ་མ་དདུལ་གཏོང་དུ་བཅུག་ནས། ཞིང་
ཉེ་ནས་གད་སྒྲིགས་དག་གཅོད་བྱེད་པའི་ལམ་ལུགས་ལག་བསྟར་བྱེད་པ་དང་གད་
སྒྲིགས་སྤྱང་གསོག་བྱེད་སྒྲིག་ཆས་སྤྱང་གསོག་ཐག་གཅོད་བྱེད་པའི་མ་ལག་རྩ་
འཇུགས་བྱས་ནས་འཛོལ་ཞིང་གད་སྒྲིགས་ཕྱོགས་གཅིག་ཏུ་སྤྱང་བའི་མང་གཞིའི་སྤྱོད་
ཐག་གཅོག་བྱེད་པ། སོག་མ་དང་ལུགས་ལུད་ཀྱིས་རྩལ་སྤྱོད་སྤྱོད་པ་བཟོ་བ་བྱུང་གཏུག་
དུ་གཏོང་བ་དང་ཆབས་ཅིག་སྤྱིང་གཞུང་གིས་མ་དདུལ་བཏང་སྟེ་སོག་མ་དང་མི་
ལུགས་ཀྱི་སྤྱུག་ལུད་ལུད་རྩིས་སྤྱང་སྤྱོད་པའི་སྒྲིག་ཆས་འཇུགས་སྟོན་བྱས་ནས།
ཞིང་སའི་སོག་མ་དང་མི་ལུགས་ཀྱི་སྤྱུག་ལུད་སོགས་སྤྱི་གཟུགས་གད་སྒྲིགས་ཐག་

གཙོད་བྱེད་པ་དང་ཆབས་ཅིག་ཐོན་ཁུངས་རང་བཞིན་གྱིས་བཀོད་སྟོང་ལག་བསྟར་
བྱེད་པ།

(གསུམ) ཞིང་སྡེ་དང་གྲོང་རྒྱལ་ཁེ་ལས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་དོ་དམ་ལ་ཤུགས་
སྟོན་པ།

ཞིང་སྡེ་དང་གྲོང་རྒྱལ་ཁེ་ལས་ནི་སྡེ་མི་རེ་ཡུག་ཏུ་འགོ་བའི་འབྲུང་གཞི་
ཡིན་ལ། ཞིང་སྡེའི་སྤྱ་གཞུགས་གད་སྟླགས་སྤྱགས་བཅོག་བྱེད་པའི་འགོ་ཁུངས་
གཙོ་བོའང་ཡིན། སྤྱགས་བཅོག་དེ་སྟོན་འགོག་དང་ཚོད་འཛིན་བྱེད་དགོས་ན་
ངེས་པར་དུ་གྲོང་རྒྱལ་ཁེ་ལས་ཀྱི་ཁོར་ཡུག་དོ་དམ་བྱེད་པའི་ཐབས་ཤེས་ཆ་ཚང་
ཞིག་འཐོན་དགོས། གཅིག་མཐུན་གྱི་འཆར་གཞི་འགོད་པ་དང་འོས་འཚམ་
སྟོས་བཀོད་སྟོན་བྱས་ནས་མི་དགོས་པའི་རྗེས་ལུས་གྲོང་རྒྱལ་ཁེ་ལས་མེད་པར་
གཏོང་བ་དང་། ཁོར་བཞག་བྱས་པའི་གྲོང་རྒྱལ་ཁེ་ལས་ཀྱིས་ཁེ་ལས་ལག་རྩལ་
བཅོས་སྦྲར་དང་ཐོན་སྐྱེད་ལག་རྩལ་རིམ་སྒོར་རབས་བརྗེ་བྱེད་པའི་གོམས་པ་
རིམ་གྲོགས་སུ་བཏང་ནས་དངོས་ཤུགས་དང་རྣམས་ཤུགས་རིམ་འུ་གཏོང་བ།
སྤྱགས་བཅོག་དངོས་པོའི་ཐོན་ཚད་རིམ་ཏུ་གཏོང་བ་དང་ཆབས་ཅིག་གྲོང་རྒྱལ་
ཁེ་ལས་ཀྱི་སྤྱ་གཞུགས་གད་སྟླགས་སྤྱགས་བཅོག་ཏུ་བསྟུས་ནས་རྩ་མེད་བཟོ་
དགོས།

(བཞི) ཞིང་སྡེའི་སྤྱ་ཁམས་ཁོར་ཡུག་སྒྲུང་སྒྲོང་གི་ཁྲིམས་སྒྲིལ་དང་ཁྲིམས་
ལུགས་རྩ་འཛུགས་འབྲས་ཚང་དུ་གཏོང་བ།

སྤྱ་ཁམས་ཁོར་ཡུག་སྒྲུང་སྒྲོང་ནི་རང་རྒྱལ་གྱི་རྩ་བའི་རྒྱལ་རྒྱས་ཤིག་ཡིན་ལ།

ཐོན་དངོས་རྩལ་འདི་དག་མང་ཆེ་བ་བཀོད་སྤྱོད་བྱས་མེད་པའམ་བཀོད་སྤྱོད་གང་
 ལེགས་མི་བྱེད་པར་གང་སྟིགས་བྱས་ནས་དོར་འདུག། དེ་ལྟར་བྱས་ན་ཁོར་ཡུག་སྐྱགས་
 བཅོམ་བྱེད་པར་མ་ཟད་ཐོན་ཁུངས་འཕྲོ་བརྒྱག་བྱས་པ་རེད། གལ་ཏེ་ཐོན་ཁུངས་
 དེ་དག་བཀོལ་སྤྱོད་གང་ལེགས་བྱས་ན་གང་སྟིགས་ཁོར་བ་རུ་བསྐྱར་བ་ལྟ་བུ་ཡིན་
 པས་མན་ཁེ་དང་སྒྲིབ་མས་ཁོར་ཡུག་སྐྱར་སྤྱོད་བྱེད་པའི་དགོ་མཚན་གཉིས་ལྟན་ཡིན།

དང་པོ། ཞིང་ལས་གང་སྟིགས་ཕྱོགས་བསྐྱས་བྱས་ནས་

བཀོད་སྤྱོད་བྱེད་པ།

ཞིང་ལས་གང་སྟིགས་ཚང་མ་ཐན་རྒྱུ་འདྲེས་སྤྱོད་དངོས་རྩལ་གྱི་ཁོངས་
 རུ་གཏོགས། དེའི་གྲུབ་ཆ་གཙོ་བོ་ནི་ཆེ་སྒྲིབ་རྒྱ་དང་ཆེ་སྒྲིབ་རྒྱ་བྱེད་ཀྱི། ཤིང་གི་རྒྱ།
 ཅ་འདུས་རྒྱགས་སོགས་ཡིན། དེ་ལས་གཞན་དུང་ཚད་དེས་ཅན་གྱི་སྤྱི་དཀར་རྒྱུ་
 བོ་དང་ཆེ་ལ་བྱ་རྒྱུ་བོ་སོགས་ཀྱང་ཡོད། དེ་དག་ལ་ལས་སྟོན་བྱས་ན་ཐོན་རྩལ་
 ལེགས་པོ་ཞིག་བསྐྱར་བྱུང་།

(གཅིག) བཟའ་བུའི་ཤ་མོ་ཐོན་སྤྱོད་བྱེད་པ།

བཟའ་བུའི་ཤ་མོ་ནི་སྤྱིར་འབྲུ་ཕྱོང་མའི་ཁྱོད་གདོས་བཅས་ཆེ་གས་སམ་
 ཤ་མོའི་ཆེ་སྒྲིབ་རྒྱུ་བྱུང་བ་མ་ཟད་ཟས་སྤྱོད་ཆོག་པའི་རིགས་ཤིག་ཡིན། བཟའ་
 བུའི་ཤ་མོ་པལ་ཆེ་བས་སྒྲིབ་ན་ཐན་རྒྱུ་འདྲེས་སྤྱོད་དངོས་རྩལ་དེ་ཐན་སོ་འཆོ་བཅུད་
 བྱས་འདུག། དཔེར་ན། ཆེ་སྒྲིབ་རྒྱ་དང་ཆེ་སྒྲིབ་རྒྱ་བྱེད་ཀྱི། ཤིང་གི་རྒྱ། མིང་
 རྒྱ། རྒྱ་ལྟན་རྒྱར་བཅས་པ་ལྟ་བུ་ལོ། དེ་བས་ཞིང་ལས་གང་སྟིགས་ནི་བཟའ་བུའི་

གཅོ་ཐོན་སྐྱོད་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཆ་ཡིན། མིག་སྒར་རྒྱུན་སྐྱོད་བཞིན་པ་ལ་སྤིང་
 ལྷལ་ལྷན་དང་འབྲས་སོག་དམ་ལྷན། ལུང་ཤིང་སྟྟག་ས་མའི་ལྷན་པ། བད་ཅའི་
 ལྷན་པ། སྤིང་བལ་གྱི་ཆེ་སྟྟ་སྟྟག་ས་མ། ཤིང་བྱེ་སོག་ས་ཡོད། མིག་སྒར་བཟང་
 བྱའི་གཅོ་ཐོན་ལུས་ཁམས་བདེ་སྤྱང་གི་ཟས་རིགས་ཤིག་ཏུ་གདམས་ཡོད། ཞིང་
 ལས་གྱི་གད་སྟྟག་ས་བཅད་སྐྱོད་བྱས་ནས་བཟང་བྱའི་གཅོ་ཐོན་སྐྱོད་བྱེད་པ་དང་སྤྱི་
 དཀར་བཅུད་གྱི་ཐོན་ཁུངས་གསར་སྤེལ་བྱས་ཏེ་གཞོན་པ་ཕན་བར་བསྐྱར་བ་དང་
 གད་སྟྟག་ས་ཞོར་ལུང་བསྐྱར་འདུག།

(གཉེས) ལྷས་ལེགས་གཟན་ཆག་ཐོན་སྐྱོད་བྱེད་པ།

ཞིང་ལས་སྐྱོད་དོས་སོག་མ་དང་སྤྱིང་། བགས་ལྷན། འབངས་སྟྟག་ས།
 སྤྱང་མ། མངར་ཆལ་སྟྟག་ས་མ། བཟང་ཆས་བཟོ་ལས་སྟྟ་སྟྟག་ས་དང་ཁྱིམ་བྱའི་
 ཤིང་བྱེ། ཤིང་ཞོག་ས་སོག་ས་སྤེལ་ལེགས་པའི་གཟན་ཆག་ཐོན་སྐྱོད་བྱེད་པའི་རྒྱ་ཆ་
 བྱས་ཆོག་ ཆེ་སྟྟའི་རྒྱ་རྒྱ་ཆ་བྱས་ཏེ་ཕ་སྤྱང་རྒྱུང་མའི་སྤྱི་དཀར་གཟན་ཆག་ཐོན་སྐྱོད་
 བྱེད་བར་ཐོག་མར་སྟོན་ལ་ཐག་གཅོད་བྱེད་པའི་གོ་རིམ་བརྒྱུད་དགོས། དེའི་ནང་
 ལ་གྲུག་པ་དང་རྩས་འགྱུར་ཐག་གཅོད་བྱེད་པ་འདུས། དེ་ནས་ཐག་གཅོད་བྱེད་
 བར་སྐྱོད་པའི་སྟོན་བྱས་ཏེ་འཆོ་བཅུད་དོས་པོ་གཞན་པ་འོས་འཆོམ་ཞིག་བསྟན་
 བས་སྐྱར་དུ་འདུག་དགོས། རྩས་འགྱུར་ཐག་གཅོད་བྱེད་པ་ནི་རྩས་འགྱུར་དོས་
 པོས་རྒྱ་ཆ་ཐག་གཅོད་བྱེད་པ་ཡིན། ཆིང་དབྱང་འགྱུར་ལྷ་ཞུན་མ་བརྒྱ་ཆའི་
 གཅིག་དང་གྲངས་རྒྱུད་ལྷ་རྒྱུན་ལྷན་གྱི་དོད་གང་ཁྱོད་སྤང་ནས་རྒྱུར་བ་དང་དེ་
 བས་སྟྟག་ས་རྒྱ་གཅོད་བྱས་བྱེད་དགོས། ཐབས་ཤེས་འདི་བཞོལ་ནས་སོག་མ་དང་

བགས་ཤུན་ཁུ་བའི་རང་བཞིན་ཐག་གཅོད་བྱེད་པ་རྟེན་ལམ་ལྟ་བུ་གཉིས་འཕར་འདུག
 ཨན་ཆུད་དགའིན་རྒྱས་སོག་མ་བཟོ་བཅོས་བྱས་ན་ཁུ་ཆད་རེ་མཐོར་གཏོང་བྱུང་བ་
 མ་ཟད་གཟན་ཆག་གི་ཐན་འདྲེས་ཆད་ཡང་རེ་མཐོར་འགོ་བྱུང་། ཨན་ཆུ་འམ་
 གཅིན་རྒྱས་སོག་མ་བཟོ་བཅོས་བྱས་ན་སོག་ཆགས་ཀྱིས་རྒྱག་ལྟར་བྱེད་པའི་གཟན་
 ཆག་ནང་གི་སྤྱི་དཀར་གྱི་བཅུད་འདྲེས་ཆད་འཕར་བ་དང་ཁུ་ཆད་རེ་མཐོར་གཏོང་
 བྱུང་། རང་རྒྱལ་གྱི་ཨན་འགྱུར་གཟན་ཆག་འཕེལ་རྒྱས་ཤིན་ཏུ་ལྗུར་བ་དེས་རང་
 རྒྱལ་གྱི་ཡུགས་ལས་འཕེལ་རྒྱས་ལ་འདུལ་བ་ཆེན་པོ་ཞིག་ཐོན་འདུག

(གསུམ་) ཆོ་སྤྱིའི་པང་ལེབ་ཐོན་སྐྱེད་བྱེད་པ།

ཞིང་ལས་སྐྱེ་དངོས་ཆོ་སྤྱི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་གད་སྟེགས་ཀྱིས་ཤོག་ལེབ་
 དང་མི་བཟོས་ཆོ་སྤྱིའི་པང་ལེབ། འཇུགས་རྒྱན་རྒྱ་ཆ་ཡང་བ་སོགས་བཏུམ་བྱེད་གྱི་
 རྒྱ་ཆ་དང་འཇུགས་རྒྱན་མཛེས་འཆོས་ཟུང་འབྲེལ་གྱི་རྒྱ་ཆ་ཐོན་སྐྱེད་བྱས་ཆོག

དཔེར་ན། ཀྱའི་རྒྱུར་ཚུ་ཆུ་མང་ག་ཞིའི་རྒྱ་ཆ་བྱས་ནས་མ་ཕྱིས་ལོ་ངོག་གི་སོག་
 མ་དང་གོ་སོག་སོགས་ཞིང་ལས་གད་སྟེགས་དག་རེ་བྱས་ཏུ་གཏོང་བའི་རྒྱ་ཆ་བྱས་
 ཆོག་པ་དང་། དེའི་ཁར་དོ་ཐལ་སོགས་ཁ་སྐོང་བྱེད་གྱི་རྒྱ་ཆ་བསྐྱན་རེས་སྐྱེ་དངོས་
 ཆོ་སྤྱིའི་ཨར་འདམ་ཟུང་འབྲེལ་པང་ལེབ་བཟོ་བྱུང་། ཐོན་རྫས་དེ་ལ་མ་ཅུ་དམའ་
 ཞིང་ཤོད་སྤྱང་ལུས་པ་བཟང་ལ་སྤྱོད་འགོག་བྱུང་བའི་བྱུང་ཆོས་ལྟར། ཅུ་གང་མང་
 ག་ཞིའི་རྒྱ་ཆ་བྱས་ནས་ཞིང་ལས་སྐྱེ་དངོས་ཆོ་སྤྱིའི་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་གད་སྟེགས་
 ཀྱིས་རྒྱ་ཆ་རེ་ལེགས་སུ་བཏང་ན་སྐྱེ་དངོས་ཆོ་སྤྱིའི་ལེགས་སུ་གཏོང་བའི་ཅུ་གང་གི་
 པང་ལེབ་ཐོན་སྐྱེད་བྱེད་བྱུང་། ཐོན་རྫས་དེ་ལ་འགྲུལ་བྱུགས་དང་ཤོད་འགོག་བྱུང་

བ། རྒྱུ་རྒྱ་ཐུབ་པ་བཅས་ཀྱི་བྱད་ཚེས་ལྟ་བུ་པས་མཛེས་འཚོས་རྒྱ་ཆ་རྒྱུང་ལེགས་
 པོ་ཞིག་ཡིན། སྟག་མ་དང་འབྲས་ཤུན། ལུང་ཤིང་སྟྟགས་མ་སྟགས་ཞིང་ལས་སྟེ་
 དངོས་ཆེ་སྟེ་རང་བཞིན་གྱི་གད་སྟྟགས་རྒྱ་ཆ་བྱས་ནས་བཏགས་པ་དང་དུག་མེད་
 པའི་བཟོ་ལྟ་ཐོན་བྱེད་དང་སྦྱར་རྒྱས། རྒྱ་ལོག་རྒྱས། བསྐྱོང་རྒྱ་ཆ་བཅས་འོས་
 འཚམ་ཞིག་བསྐྱས་ནས་དཀྱུག་རྒྱེས་བཟོ་ལྟ་ཐོན་ཐུབ། དེས་སྦྱར་ཟས་གསོལ་ཚོས་
 ཀྱི་གནད་དོན་ཐག་གཅོད་བྱེད་པར་བྱས་པ་ཆེན་པོ་ཐོན་ཡོད་པ་མ་ཟད་སྦྱར་བཅན་གྱི་
 སྟོས་འགྲིག་གསོལ་ཆས་ཐངས་གཅིག་ཅན་གྱི་ཆ་བྱེད་ཐུབ། ཞིང་ལས་སྟེ་དངོས་
 ཆེ་སྟེ་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་གད་སྟྟགས་རྒྱ་ཆ་བྱས་ན་ད་དུང་ཆེ་སྟེ་སྤང་ཤོག་དང་
 བཅོར་གཞོན་བྱེད་ཐབས་མེད་པའི་འགྲིག་ཤོག་གི་ཆ་བྱེད་ཐུབ།

(བཞི) རྒྱས་འཕྱར་ཐོན་རྒྱས་ཀྱི་ལག་རྩལ་བཟོ་སྐྱོན་བྱེད་པ།

ཞིང་ལས་སྟེ་དངོས་ཆེ་སྟེ་རང་བཞིན་ཅན་གྱི་གད་སྟྟགས་རྒྱ་ཆ་བྱས་ནས་
 རྒྱས་འཕྱར་བཟོ་རྒྱས་བཟོ་བའི་ཞིང་ལས་གད་སྟྟགས་སྟྟགས་བསྐྱས་བྱས་ནས་བཞོད་
 སྟེད་བྱས་པ་ཡིན་ལ། བསྐྱོན་གྱི་ཆ་དང་མཐོང་གཏོང་བའི་ཐབས་ལམ་ལེགས་པོ་ཞིག་
 ཀྱང་ཡིན། དཔེར་ན། ལུང་ཤིང་སྟྟགས་མ་དང་མ་རྩོས་ལོ་ཏྲག་གི་ཆེ་གྲ། འབྲས་
 སྟག་སྟགས་ཀྱི་ནང་༡༢༡༩གྱི་ཅ་འདུས་རྒྱལ་མ་འདུས། དེ་རྒྱ་ཡིས་ཁུ་བར་བྱས་ན་
 ཤིང་རྒྱལ་མ་བཟོ་ཐུབ། ལུང་ཤིང་གི་སྟྟགས་མ་དང་ཤིང་རྒྱལ་མ་རྒྱུར་མའི་སྟྟགས་མ།
 མ་རྩོས་ལོ་ཏྲག་གི་ཆེ་གྲ། འབྲས་སྟག་ ཤིང་ཏྲག་ཤུན་སྟགས་སོལ་འཕྱར་བྱས་ན་
 ལུས་པ་བྱད་དུ་འཕགས་པའི་འཛིབས་ཤུགས་ཆེ་བའི་སོལ་བ་ཐོན་སྟེད་བྱེད་ཐུབ།
 འབྲས་སྟག་གིས་སོལ་དཀར་ནག་དང་ཐན་འཕྱར་ཀྱའི་རྒྱ་ཆས་དང་ཏན་འཕྱར་ཀྱའི་

རྒྱུ་ཆ་པའོ་ལྟར། སྐྱེ་མ་དང་འབྲས་སྐྱེ་མ་ལྟར་བྱས་རྒྱུ་ཆ་ལྟར་
 བཞུའི་ལས་རིགས་ཀྱི་གཤེར་ངོས་ཀྱི་དྲོད་ལྟར་ཆ་གསར་བའོ་སྐྱེན་བྱེད་ལྟར། གོ་
 ཅུ་སྐྱེན་ཅུ་མཉན་ནས་ཆུ་འབྱེད་པ་དང་ཞུ་རྒྱས་སྤངས་རྒྱུ་ཆ་སྤྲུལ་སྤྲོད་པའོ་ཆོག
 ཆུ་པ་ཞུ་རྒྱུ་ཆ་སྤྲུལ་སྤྲོད་པ་ཞུ་ལུང་བའོ་ལྟར། གཞན་དུང་ལུང་
 ཤིང་སྤྲུལ་མ་དང་མ་ཆོས་ལོ་རྟག་གི་སྤྲུལ་མ་སྐྱེས་སྤངས་ནས་བཟའ་ཆས་བྱས་
 ཆོག

(ལ) ལྟུགས་ལུང་དང་བྱ་རྒྱུ་གི་བཤེད་སྟོན།

ལྟུགས་ལུང་དང་བྱ་རྒྱུ་ལ་འཚོ་བཅུད་ལུན་སུམ་ཆོགས་པོ་ལྟན་པས་སྟོག་
 ཆགས་ཀྱིས་སྟུག་ལུང་བྱེད་པར་ཤིན་ཏུ་འཚམ་པ་ཞིག་ཡིན། ལྟུགས་ལུང་དང་བྱ་
 རྒྱུ་ལ་ཐག་གཅོད་ངེས་ཅན་ཞིག་བྱས་པ་ན་ནད་འབྱུང་རྒྱུ་ཀྱི་འབྲས་ལྟ་སོང་ལྟར་
 པ་དང་ཟ་བདེ་བ་ཞིག་ཡིན་པ་མ་ཟད། སྤྱི་དཀར་ཀྱི་བཞུ་ཆད་དང་རྟིང་ཆ་བ་གསར་
 བརྒྱུ་བྱེད་པའི་རྣམས་པ་རེ་མཐོར་གཏོང་ལྟར། བྱ་རྒྱུ་ཀྱི་ལྟུགས་ལུང་དང་བྱ་རྒྱུ་
 གི་གཟན་ཆག་རང་བཞིན་ཀྱི་ལག་རྩལ་ཆོང་ལས་རང་བཞིན་ཏུ་གྱུར་འདུག་རང་
 རྒྱལ་ཀྱི་ལྟུགས་ལུང་དང་བྱ་རྒྱུ་གི་གཟན་ཆག་རང་བཞིན་ཀྱི་བའོ་ལས་ཀྱང་སྟེལ་
 འགོ་བརྩམས་ནས་ལོ་ངོ་མང་པོ་ཞིག་འགོར་ཡོད། ལྟུགས་ལུང་དང་བྱ་རྒྱུ་གཟན་
 ཆག་ཏུ་སྦྱར་བར་གཤམ་ཀྱི་ཐབས་ཤེས་གསུམ་ཡོད།

༡. ལྟུགས་པོ་བྱེད་ཐབས། ལྟུགས་པོ་བྱེད་ཐབས་འདི་བཀོད་སྟོན་བྱེད་པ་ཆེས་
 མང་བ་ནི་བྱ་རྒྱུ་ཐག་གཅོད་བྱེད་པ་ཡིན་ལ། དེ་ནི་ཆེས་རྒྱུན་སྟོན་ཀྱི་ཐག་གཅོད་
 བྱེད་ཐབས་ཞིག་ཀྱང་ཡིན། ལྟུགས་པོ་བྱེད་ཐབས་ནི་ལུང་རྒྱུང་བར་འཛོག་པ་དང་ཡང་

ན་གྱི་ལེ་མང་ཆ་ཚད་དེས་ཅན་ཞིག་བསྐྱེས་ནས་སྟོམས་དུ་གྲུག་བྱས་རྗེས་སྐམ་དུ་བཅུག་
 པ་དང་། སྐམ་ཚེ་སྟིགས་རོདག་ལེན་པ། དེ་ནས་རུལ་དུ་བཏང་ནས་གཟན་ཆག་
 བཟོ་བའི་རྒྱ་ཆ་བྱེད་ཆོག སྐམ་པའི་ཐབས་འདི་ནམ་པའི་སྟེང་ནས་རང་བཞིན་གྱིས་
 སྐམ་པ་དང་མིས་སྐམ་པའི་རིགས་གཉིས་ཡོད། མིས་སྐམ་པའི་རིགས་དེ་ཡང་འབྲུལ་
 ཆས་གྱིས་མ་གྲོགས་སྦྱར་རང་སྐམ་པ་དང་སྟོ་སྐམ་བྱེད་པའི་རིགས་གཉིས་ཡོད།

༡. སྟོ་གཟན་སྟོལ་བའི་ཐབས། སྟུགས་ལུང་དང་བྱ་རྒྱུག་རྒྱང་བར་འཛོག་
 པ་དང་ཡང་ན་གཟན་ཆག་གཞན་དང་མཉམ་གཅིག་ཏུ་སྟོལ་ཆོག སྟོལ་བའི་ཐབས་
 འདི་ནི་འགྲོ་སོང་དམའ་ཞིང་ལེགས་པ་དང་ཐོན་རྫས་ལ་དུག་དང་བྱོ་བ་མེད་པ། ཟ་
 བདེ་བའི་རང་བཞིན་ལྡན་པ་ཞིག་ཡིན། །

༢. དབྱང་སྦྱར་ཐབས། དབྱང་འབྲུར་རྒྱིང་བའི་ནང་དུ་དབྱང་ཐེ་སྟེ་
 དངོས་ལེགས་པོ་བཀོལ་ནས་སྟུགས་ལུང་དང་བྱ་རྒྱུག་སྦྱར་ཏུ་བཅུག་རྗེས་སྟེ་དཀར་
 ག་སྦྱང་རྒྱང་བ་ཐོན་སྟེད་བྱས་པ་དེས་པོ་བ་གཅིག་ཅན་གྱི་སྟོག་ཆགས་ལ་འཆོམ་པའི་
 གཟན་ཆག་བཟོ་ཆོག དབྱང་འབྲུར་རྒྱིང་བའི་མཉམ་བསྐྱེས་ཆུན་སྟོག་ཆགས་ཀྱི་འབྲུང་
 རྒྱུས་ཆོག

(རྟག) ལུང་རྫས་རང་བཞིན་གྱི་ལག་རྩལ།

ལུང་སྦྱང་རང་བཞིན་གྱི་ལག་རྩལ། སྟེ་དངོས་སྦྱར་རབ་བཀོད་སྟེད་བྱས་
 ཉེན་ཚད་དང་བརྒན་ཚད། སྦྱར་སྦྱུལ་ཚད་དེས་ཅན་ཞིག་གི་ཆ་སྟེན་འག་ནས་སྟུགས་
 ལུང་དང་བྱ་རྒྱུག སྟོག་མ་བཅས་ཞིང་ལས་ཀྱི་སྟེ་ལྡན་གད་སྟིགས་ལ་སྟེ་དངོས་རྫས་
 འབྲུར་བྱས་ན་སྟེ་དངོས་རུལ་ལུང་གི་ས་རྒྱ་ལྟ་བུའི་དངོས་པོ་ཞིག་ཏུ་འབྲུར་བ་དང་།

དེ་ལུང་རྩལ་བྱས་ཆོག་པ་མ་ཟད་ཞིང་ས་རྩེ་ལེགས་སུ་འདེགས་པ་ལྟར་གྲུབ། ཐབས་དེ་ལ་
 ལུང་ཕྱང་རང་བཞིན་ཟེར། ཐག་གཙོད་བྱེད་པའི་བརྒྱུད་རིམ་སྤོང་དུ་སྒྲིལ་དེས་དབྱང་
 རྒྱུད་གི་དགོས་མཁོ་མི་འདྲ་བའི་དབང་གིས་ལུང་ཕྱང་རང་བཞིན་དེ་ཡང་དབྱང་རྒྱུད་
 ལེགས་པའི་ལུང་ཕྱང་རང་བཞིན་དང་དབྱང་རྒྱུད་བྲལ་བའི་ལུང་ཕྱང་རང་བཞིན་གྱི་
 རིགས་གཉིས་སུ་དབྱེ་ཡོད། སྔོན་མ་དེ་རྒྱུད་རྒྱུག་པའི་ཆ་རྒྱུན་ལོག་ནས་དབྱང་རྒྱུད་
 ལེགས་པའི་སྒྲིལ་དེས་སྤྱི་རབ་འགྲུལ་སྒྲིལ་ལ་བརྟེན་ནས་སྒྲིལ་ནས་དེས་པོ་དེ་ལྟ་བ་
 དང་བྱོད་ཆོད་༥༠༦༠དང་ཆེས་མཐོ་དུས་༥༡༧༠ཡིན། དེ་ལ་བྱོད་མཐོའི་ལུང་ཕྱང་ཟེར།
 རྩལ་མ་དེ་ནི་དབྱང་རྒྱུད་བྲལ་བའི་སྒྲིལ་དེས་སྤྱི་རབ་སྒྲུབ་ཏུ་བརྟེན་ནས་ལུང་རྩལ་བཟོས་
 པ་ཡིན། དེ་ལ་དུས་ཆོད་ཕྱང་རིང་པོ་ཞིག་དགོས་པ་ཡིད། གཞན་ལུང་རྩལ་འདྲེས་སྒྲིལ་
 བཟོ་བའི་ལག་རྩལ་ནི། བྱོད་མཐོའི་ལུང་ཕྱང་ཐོན་རྩལ་ནང་གི་ནད་འབྱུང་རྒྱུན་གྱི་
 འབྲུ་སྤྱི་རབ་དང་འབྲུ་སྒྲིལ། ལྷུ་མ་ལུའི་ས་བོན་སོགས་ལ་གཞོན་མེད་རང་བཞིན་དང་
 གཏན་འཇགས་རང་བཞིན་གྱི་ཐག་གཙོད་བྱས་རྩལ་རྒྱུ་དུ་བཏང་བྲལ་གྱི་ཏན་དང་
 ལུང། ཅ་ལུང་བཅས་མཉམ་དུ་བསྒྲིས་ནས་བཅགས་འདེམས་བྱེད་པ་དང་སྐྱམ་དུ་
 བརྟེན་རྩལ་རིལ་ལུང་རང་བཞིན་གྱི་འདྲེས་སྒྲིལ་ལུང་རྩལ་བཟོ་གྲུབ། རིལ་ལུང་
 རང་བཞིན་གྱི་འདྲེས་སྒྲིལ་ལུང་རྩལ་གྱིས་མཉམ་གཅིག་ཏུ་འཆོ་བརྟུད་སྤྱི་མང་པོ་
 འདོན་སྒྲིལ་བྱེད་གྲུབ་པ་དང་འཆོ་བརྟུད་དོ་མཉམ་པ། སྒྲིལ་བདེ་བ། འདྲེན་སྒྲིལ་
 བདེ་བ་སོགས་གྱི་དབང་གིས་མཁྱོགས་སུ་རང་འཕེལ་རྒྱས་འགྲོ་བཞིན་འདུག

གཉིས་པ། རང་རྒྱལ་གྱི་ཞིང་ལས་གང་སྟིགས་ཐོན་ཁུངས་རང་བཞིན་གྱི་

ཐབས་རྒྱས་དང་ཐབས་ཤེས་ལག་ཐེག

ཞིང་ལས་གྱི་གང་སྟིགས་ཅེ་མང་དང་རྒྱ་སྐྱེས་ཅེ་ཞན། གཞོད་པ་ཅེ་ཆེར་
འགོ་བའི་བྱད་ཆོས་ལ་དམིགས་ནས་གང་སྟིགས་བཀོད་སྟོང་བྱེད་ཆད་ཅེ་མཐོར་
གཏོང་བ་དང་ཞིང་ལས་གང་སྟིགས་ཀྱིས་སྒྲུབ་མཁས་ཁོར་ཡུག་ལ་སྐྱགས་བཅོག་
བྱས་པ་གཙང་སེལ་བྱས་ནས་སྒྲུབ་དོས་ཐོན་ཁུངས་སྒྲེལ་བ་དང་སྒྲུབ་དོས་དཔལ་
འབྱོར་འབེལ་རྒྱས་སྐྱབ་ཏོང་བ། གང་སྟིགས་ནོར་བུ་ལྟ་བུར་སྐྱར་བ་དང་དོས་པའི་
ཕན་ཡོན་ཡོངས་སུ་འདོན་སྤྲེལ་བྱེད་པ་སོགས་ཀྱི་སྤྱི་རྒྱས་ཀྱིས་སྒྲུབ་བྱིན་དགོས་པ་
དང་ལག་རྩལ་རིམ་སྒྲར་འདེགས་སྟོང་། མ་དེལ་གཏོང་འཛོག་ལ་ལག་ཐེག་བྱེད་
པ་ལ་སོགས་པའི་ཚྭ་གས་ནས་འགོ་བཟུང་ཏེ་ཞིང་ལས་གང་སྟིགས་ཐོན་ཁུངས་ཅན་
ཏུ་བསྐྱར་བ་ལག་བསྟར་བྱེད་དགོས།

(གཅིག) སྤྱི་རྒྱས་ཀྱིས་སྒྲུབ་བྱིན་པ།

ཞིང་ལས་གང་སྟིགས་ཀྱི་ཐོན་ཁུངས་རང་བཞིན་ལ་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་སྤྱི་
རྒྱས་རང་བཞིན་གྱི་སྒྲུབ་བྱིན་བྱས་པ་མི་འདད་པའི་གནས་ཚུལ་ལ་དམིགས་ནས་གང་
སྟིགས་ཐོན་ཁུངས་རང་བཞིན་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་སྤྱི་རྒྱས་ཤིག་གཏན་ཁེལ་བྱེད་དགོས།
འབྲེལ་ཡོད་ཁྲིམས་སྒྲོལ་སྒྲོ་བ་གསོ་གཏན་ཁེལ་དང་དམངས་ཀྱན་གྱི་སྒྲུབ་མཁས་ཁོར་
ཡུག་སྐྱར་སྟོང་གི་བྱད་ཆད་ཅེ་མཐོར་གཏོང་བ་བརྒྱན་ནས། འབྲེལ་ཡོད་ལག་རྩལ་
ནང་འབྲེན་དང་རང་དབང་ཡོད་པའི་ཤེས་ཡོན་གྱི་ཐོན་དོས་བདག་དབང་གི་ལག་

ཅུལ་གསར་དུ་སྤེལ་བར་སྐྱལ་འདེད་བྱེད་པ་དང་། འབྲེལ་ཡོད་མི་སྣ་གསོ་སྦྱོང་ལ་
 རོགས་སྦྱོར་བྱེད་པ། འབྲེལ་ཡོད་བཅོས་སྦྱོང་བྱེད་པའི་མིང་རྩལ་ཁ་སྒོང་བ་དང་ལེགས་
 བཅོས་བྱེད་པ་སོགས་བྱས་ནས་དོ་དམ་གྱི་གོ་རིམ་ཡོངས་དང་མཐུག་གི་བཅོས་སྦྱོང་
 གཉིས་ཟུང་འབྲེལ་བྱས་པའི་རྩ་དོན་ལག་བསྟར་བྱེད་པ། སྤྱེ་བམས་ཁོར་ཡུག་ཟུང་
 སྦྱོང་གི་སྤེལ་ཁག་དང་ཞིང་ལས་སྤེལ་ཁག་གཉིས་ཟུང་འབྲེལ་བྱས་ནས་མིང་རྩལ་དང་
 ཁྱིམ་སྤོལ་གྱི་ཚད་གཞི་ནི་གོ་རིམ་ཡོད་པའི་སྒོ་ནས་དུས་རིམ། ས་ཁུལ་བགོས་
 བྱས་གཏན་ཁེལ་དང་ལག་བསྟར་བྱེད་པ་དང་ཚད་གཞི་ལྡར་ལག་ལེན་དུ་འབྱོལ་
 སྤྱུང་རེས།

(གཉིས) ལག་ཅུལ་ལ་རོགས་སྦྱོར་བྱེད་པ།

ཞིང་ལས་གད་སྟོགས་གྱི་ཐོན་ཁུངས་རང་བཞིན་གཙོ་བོ་ལག་ཅུལ་འདེགས་
 སྦྱོང་ལ་བརྟེན་དགོས། སྤར་ཡོད་ལག་ཅུལ་ལེགས་ཤུས་གྱི་སྤར་གཞིའི་སྤེང་ནས་
 སྤེལ་སྤྱིག་རིམ་སྦྱོར་བྱས་ནས་རིམ་པ་དང་རིམ་སྦྱོར་གཉིས་པའི་གནད་འགག་གི་
 ལག་ཅུལ་ཐག་གཅོད་བྱེད་དགོས། རིམ་པ་གཉིས་པའི་དང་པོ་ནི་ཞིང་ལས་གད་
 སྟོགས་བསྐྱུས་ཚད་ཅུང་མཐོ་བའི་གསོ་སྤེལ་ར་བ་སོགས་གནས་ཁུངས་ཁོར་ཡུག་
 སྐྱགས་བཅོ་བཅོས་སྦྱོང་དང་ཐོན་ཁུངས་ཀྱིས་ལག་ཅུལ་བཀོད་སྦྱོད་བྱེད་པའི་གནད་
 འགག་ཡིན། གཉིས་པའི་ཞིང་གོང་གིས་ས་ཁུལ་རྒྱ་བསྐྱེད་ནས་སངས་སྐྱགས་བཅོམ་བྱས་
 པ་ཕྱོགས་བསྐྱུས་ཀྱིས་བཅོས་སྦྱོང་བྱེད་པ་དང་ཐོན་ཁུངས་རང་བཞིན་བཀོད་སྦྱོད་
 བྱེད་པའི་གནས་ཚུལ་གྱི་ལག་ཅུལ་གནད་འགག་ལག་ཅུལ་རིམ་སྦྱོར་གཉིས་ནི་
 སྤར་བའི་ལས་ཚོད་དང་ཐོན་རྫས་སྤར་བའི་རྒྱ་སྐྱས་དང་གྲངས་འཕོར་མཐོར་

འདེགས་བྱས་ནས་སྐྱགས་བཙུག་བྱས་པའི་དངོས་པོ་མང་པོ་ཐོན་ཁུངས་ཀྱི་དངོས་
པོ་དང་ཐོན་ཁུངས་སུ་སྐྱར་བ་དང་སྒྲིམ་མས་ཁོར་ཡུག་གི་སྐྱགས་བཙུག་ཅུ་མེད་དུ་
གཏོང་བ། ལག་ཅུལ་རིམ་སྒོར་བྱས་པ་བརྒྱད་ནས་མ་ཅུ་ཇེ་དམའ་དང་ཁེ་ཕན་ཇེ་
བཟང་དུ་གཏོང་དགོས།

(གསུམ) མ་དདུལ་གཏོང་འཛིན་བྱེད་པ།

མ་དདུལ་གཏོང་འཛིན་བྱེད་པ་ནི་ཁིང་ལས་གད་སྤྱིགས་ཐོན་ཁུངས་རང་
བཞིན་དུ་སྐྱར་བ་ཁག་ཐེག་བྱས་པ་མ་ཟད། སྒྲིམ་མས་ཁོར་ཡུག་སྤྱད་སྒྲོང་གི་སྤྱིད་
ཁུངས་དོན་འབྱོལ་དང་ལག་ཅུལ་གནད་འགག་དང་དཀའ་གནད་བདེ་ལེགས་རང་
གཏོར་བར་ཁག་ཐེག་བྱས། འབྲེལ་ཡོད་སྤྱིད་གཞུང་སྤེལ་གྱི་ཁོར་སྤྱིད་ཀྱིས་རྒྱལ་
སྒོར་བྱས་ནས་སྤེལ་བའི་གད་སྤྱིགས་ཐོན་ཁུངས་རང་བཞིན་དུ་སྐྱར་བའི་འབྱོགས་
ཡིན། རྒྱལ་པའི་ཐོག་ནས་སྐྱགས་བཙུག་གནད་དོན་ཐག་གཅོད་བྱེད་པར་ཕན་པ་
དང་ཁིང་གྲོང་གི་ཐོན་ཁུངས་མི་འདད་བརྒྱ་བསྐྱེད་པ། བྱེད་པར་དུ་སྤྱི་ཚོགས་མ་དདུལ་
བསྐྱེད་ལེན་དང་ཁེ་ཕན་ཁྱུགས་པར་སྐྱུལ་འདེད་བྱེད་པ་དང་རྒྱུ་ལ་སྐྱན་གྱི་ཚད་
མ་ཐོ་བའི་ཐོན་ཁུངས་ཐོན་སྐྱེད་བྱས་ནས་ཁིང་ལས་གད་སྤྱིགས་སྤྱི་ཚོགས་ཡོངས་
ཀྱི་རྒྱུན་འཁོར་དང་འཁོར་རྒྱུག་ལ་སྐྱུལ་སྤེལ་བྱེད་པ་བཅས་སོ། །

དོན་ཚན་གཉིས་པ།

འིང་ལས་སྒྲ་མཐུག་སྐད་སྒྲིག་སྒྲིག་སྐད་འཕྲོག་འཕྲོག་

བྱེད་པའི་ཐབས་མཆོག།

(གཅིག) རས་ཁྱུག་པ་ཀོད་སྤྱོད་བྱས་ནས་འགྲིག་ཤོག་ཐོན་རྒྱས་ཅུང་ཅུ་
སྤྱོད་པ་དང་གཏན་ནས་མི་སྤྱོད་པ།

འགྲིག་གི་ཐོན་རྫས་ནི་དོ་སྙུལ་རྒྱ་ཆ་བྱས་ནས་ཐོན་སྐྱེད་བྱས་པ་ཞིག་ཡིན།
དེ་ཐོན་སྐྱེད་བྱས་ན་སྒྲུབ་འབྲུང་མི་ཐུབ་པའི་ཐོན་ཁུངས་མང་པོ་ཟད་གོན་བྱེད་པར་
མ་ཟད། སྐབས་པའོག་ཆེན་པོ་བཟོ་དེས། དོར་ཅིན་པའི་འགྲིག་སོག་ལ་བསྐྱར་
སྐྱོད་ཀྱི་རིན་ཐང་མེད་པ། ཡང་བསྐྱར་ཐོན་སྐྱེད་བྱས་ན་མ་གོང་མཐོ་ཞིང་ཏ་ལ་མ་ཁུན་
གཅིག་ལ་སྒྲོར་༣༠༠༠དགོས་པ་མ་ཟད་ཐྱིར་བསྐྱར་དཀའ་བ། ཁོར་ཡུག་ནང་ནས་
རང་རྒྱས་སྒོས་ཁྱིམ་བདེ་བ་བརྟག་དབྱེད་བྱས་པ་ལྟར་ན་སའོག་ཁུ་བརྟག་པའི་འགྲིག་
སོག་ལ་ལོ་ངོ་བརྒྱ་ལྷག་གི་དུས་ཚོད་འགོར་ན་ད་གཟོད་ལྷ་ཐུབ། མེར་སྐྱོག་ནས་
ཐག་གཅོད་བྱས་ན་ཡང་བསྐྱར་སྐབས་པའོག་བྱེད་དེས། དེ་བས་སྐྱིར་ཡིན་ན་ལྷ་
མེད་པའི་འགྲིག་སོག་ཐོན་རྫས་ལྟར་སྐྱོད་བྱས་ན་ལགས།

(གཉིས) ཐེངས་གཅིག་ཅན་གྱི་ཐོན་ལས་ལུང་སྒྲོལ་དང་ཡང་ན་མི་སྒྲོལ་པ།

དཔེར་ན། ཐེངས་གཅིག་ཅན་གྱི་ཐུང་མ་ཐོན་སྐྱེད་ཀྱི་པའི་རྒྱ་ཆ་གཙོ་བོ་ནི་
གིང་ཆ་ཡིན་པ། ལོ་རེར་ཐེངས་གཅིག་ཅན་གྱི་ཐུང་མ་བཟོ་སྐྱེད་པ་གིང་ཆ་མང་པོ་

ཞིག་འཕྲོ་བརྒྱུག་ཁྱེད་བཞིན་འདུག ལོ་ངོ་༡༠ལྷག་འགོར་བའི་ཕྱིན་ཤིང་ཞིག་ལས་
 ཕྱོན་བྱས་ནས་ཤིང་ལེ་བ་དང་དེ་ནས་ཐོན་ཇུས་སུ་སྒྱུར་ན་ཐེངས་གཅིག་ཅན་གྱི་ཐུར་
 མ་ཁྲི་གཅིག་ལྷག་མ་གཏོགས་བཅོ་སྒྲུན་མི་ཐུབ་པ་མ་ཟད་ཤིང་ཆའི་བཀོད་སྟོན་ཆོད་
 བརྒྱ་ཆའི་༤༠མ་གཏོགས་མི་འདུག གཞན་ད་དུང་ཐེངས་གཅིག་ཅན་གྱི་ཐུར་མ་ཐོན་
 སྟེང་ཁྱེད་པའི་བརྒྱད་རིམ་ནི་ཉ་ཅང་ལས་སྒྲ་མོ་ཞིག་རེད། ཁེ་ལས་ལ་ལམ་དུག་
 སེལ་བའི་བརྒྱད་རིམ་དེ་མེད་པ་མ་ཟད་ཐུམ་སྒྲིལ་བ་དང་སྒྲེལ་འདྲེན། གསོག་ཉར་
 བཅས་ཁྱེད་པའི་དུས་སུ་དེ་བས་ཀྱང་གཟབ་ནན་གྱི་གཙང་སྒྲའི་ཆ་སྟེན་མེད་པས་
 བད་འཕྱུར་སྟེན་གྱི་འབྲུག་གང་སར་འགྲེམ་པའི་གོ་སྐབས་རྗེ་ལང་དུ་བཏང་འདུག
 (གསུམ) གྲོག་གསོག་གྲོག་གཡིས་མང་དུ་སྒྱུད་ནས་ཐེངས་གཅིག་ཅན་
 གྱི་གྲོག་གཡིས་ཉར་སྟོན་དང་ཡང་ན་མི་སྟོན་པ།

མི་རྒྱུས་ཀྱིས་དུས་རྒྱུན་གྱི་འཆོཾ་བའི་ནང་སྟོན་བཞིན་པའི་གྲོག་གཡིས་ནི་
 ཇུས་འགྱུར་ལ་བརྟེན་ནས་རྒྱས་པ་ཐོན་པ་རེད། གོ་བདེ་བར་བཤད་ན་རུལ་བཅོས་
 གྱི་རྒྱས་པ་ལ་བརྟེན་ནས་གྲོག་གི་རྒྱས་པ་ཐོན་པ་ཞིག་ཡིན། གྲོག་གཡིས་རང་ཐུར་
 ཁོར་ཡུག་ཏུ་དབྱུག་ན་དེའི་ནང་གི་ཕྱགས་རིགས་ཀྱི་གྲས་དང་མཁོ་མེད་སྒྱུར་དང་
 ཐུལ་ཅན་སོགས་གྲོག་འབྱེད་གཤེར་ཅི་དལ་ཐུར་ས་དང་ཆུའི་ནང་བཞུར་བ་དང་དེ་
 ནས་ཞིང་ལས་སྟེང་དོས་བརྒྱད་ནས་མིའི་བཟང་ཆས་སུ་འདྲེས་ངེས། གྲོག་གཡིས་
 གྱི་སྒྲགས་བཅོག་གི་རྒྱས་པ་ཉ་ཅང་ཆད་ས་ཆེན་ཡིན། གྲོག་གཡིས་གཅིག་གིས་ས་
 ཞིང་སྒྲི་གྲུ་བཞི་མ་གཅིག་གི་བཀོད་སྟོན་རིན་ཐང་མེད་པར་བཅོ་ངེས། བཀོད་སྟོན་
 ཐུས་ཚར་བའི་གྲོག་གཡིས་སྐམ་པོ་གསོག་རྗེས་ས་གནས་དེའི་གད་སྒྲིག་ས་ཁྱིམ་བསྐྱ་

ལྷོ་གནས་ལ་འབྲེལ་གཏུག་བྱས་ནས་ཕྱིར་བསྐྱས་ཆོག

(བཞི) ཐུམ་སྒྲིལ་པ་དུས་ལས་བཟལ་བའི་ཐོན་རྫས་ཉི་ཤེས་དང་ལེན་མི་བྱེད་པ།

ཆོང་རྫས་མང་པོ་ཞིག་ལ་ཐུམ་སྒྲིལ་པ་དུས་ལས་བཟལ་འདུག བྱེད་པར་དུ་བྱས་རྫས་དང་ཁམས་བདེ་རྫས་བཅས་ཀྱི་ཐུམ་སྒྲིལ་བྱེད་ཀྱི་རིན་གོང་མ་གོང་གི་བརྒྱ་ཆའི་༥༠ནས་༥༠བར་ཟིན་འདུག ཐུམ་སྒྲིལ་པ་དུས་ལས་བཟལ་ན་འཛད་སྤྱོད་བྱེད་མཁན་གྱི་དཔལ་འབྱོར་འགན་ཁུར་རེ་ལྡིང་དུ་སོང་བ་མ་ཟད་གང་སྟོགས་ཀྱི་ཆད་རེ་མང་དུ་སོང་ནས་ཁོར་ཡུག་སྐྱགས་བཅོག་བྱས་པ་རེད།

(ལྔ) ཤིང་གི་ཞུས་གཏུང་དུ་སྤྱད་ནས་རང་འགྲུལ་ཞུས་གཏུང་སྤྱོད་བྱེད་པ།

འཕེལ་རྒྱས་ཆེ་བའི་རྒྱལ་ཁབ་ཁ་ཤས་ཀྱིས་ཤིང་གི་ཞུས་བཟོ་སྐྱབ་བྱེད་པ་ནི་ལ་ཁའི་ཉི་མ་ལྟ་སུའི་བཟོ་ལས་ཞིག་ཏུ་ཅིས་ནས་རང་འགྲུལ་ཞུས་གཏུང་གི་སྤྱོད་བྱས་ཏེ་ཤིང་ཆའི་ཟད་གོན་རེ་ཏུ་གཏོང་བཞིན་འདུག

(དྲུག) ཤོག་དཀར་བཞོད་སྤྱོད་གང་ལེགས་བྱས་ཏེ་གང་སྤྱབ་ཅི་སྤྱབ་ཀྱིས་བསྐྱར་བཟོ་ཤོག་སྤྱོད་བྱེད་པ།

ངོས་གཅིག་བཞོད་སྤྱོད་བྱས་ཆར་བའི་ཤོག་སུའི་རྒྱབ་ངོས་མ་ཕྱི་དང་ཡིག་སུང་འབྲི་བྱེད་ཀྱི་ཤོག་སྤྱོད་ཆོག གང་སར་བཀྲམ་བཞིན་པའི་དྲིལ་བསྐྱགས་ཤོག་སྤྱོད་ལེན་མི་བྱེད། དྲིལ་བསྐྱགས་ཤོག་སྤྱོད་དག་བཟོ་སྐྱབ་བྱས་ན་ཤོག་གང་སམང་པོ་འཕྲོ་བསྐྱག་བྱས་པ་མ་ཟད་གང་སར་བཀྲམ་པ་དང་གང་སར་སྐྱར་བའི་ཤོག་སུས་གོང་ཁྱེད་གྱི་གཙང་སྐྱར་གཞོད་པ་ཆེན་པོ་བཟོ་ངེས་པ་དང་བསྐྱར་བཟོའི་ཤོག་སུན་

བྱིར་བཏུས་པའི་ཤོག་སྟིགས་ཀྱིས་བཟོས་པ་རེད། ཤོག་སྟིགས་རྩ་༡༡གིས་སྟུས་ཀ་
 ལེགས་པའི་བསྐྱར་བཟོའི་ཤོག་བྱ་སྟི་རྒྱ་༥༠ལོན་སྟེད་བྱེད་བྱེད་པ་དང་གིང་ཆ་སྟི་
 གྲུ་བཞི་ལྷམ་པ་༥ལོན་རྩ་བྱེད་བྱེད་པ་དང་ཆབས་ཅིག་རྩ་སྟི་གྲུ་བཞི་ལྷམ་པ་༡༠༠
 ལོན་རྩ་བྱེད་བྱེད།

(བདུན) བྱིར་བཏུས་ཆོག་པའི་གད་སྟིགས་ལ་རིགས་བཀར་ནས་འཛོལ་སྟེད་
 བྱེད་པ་དང་། རུས་ཆོད་རེས་ཅན་ཞིག་གི་རྗེས་སུ་སྟིགས་རྗེས་ཏེ་སྟེད་ས་ཆིགས་ལ་
 བཅོང་བ། འབྲིག་ཤོག་སྟིགས་རོམ་ཆེ་བ་བསྐྱར་བཟོའི་འབྲིག་ཤོག་ཏུ་སྐྱར་བྱེད།

བཟའ་ཆས་ཁྱུག་མ་དང་ལཔལ་འབྲག་ཁྱུག་མ། གཏུམ་སྐྱམ་སྟི་ལོ་སོགས་
 གྱི་སྟིགས་རོམ་འགྲེལ་ན་འབར་སྐྱམ་ཏུ་འཕྱར་བ་རེད། འབྲིག་ཤོག་སྟིགས་རོ་རྩ་༡
 གིས་སྐྱར་སྐྱམ་དང་བྱེད་ཡི་ཏུ་སྐྱམ་སྟི་རྒྱ་༥༠༠ལོན་བྱེད། ཤོག་ལེ་གཅིག་མ་མཐའ་
 ཡང་ཐེངས་གཉིས་ལ་བྱིར་བཏུས་ཆོག་གཞུང་སྟོད་ཤོག་བྱེད་ཡིག་བྱེད་ཆིང་བ། ཟེན་
 བྱིས་དེ་བ། དཔེ་ཆ། ཆགས་པར། མཆམས་སྟོར་བར་བྱེད་ཀྱི་ལ་བསྐྱུགས་བྱེད་པའི་
 ཤོག་ལ། ཤོག་སྐྱམ། གསོལ་ཤོག་སོགས་ཐེངས་དང་པོ་བྱིར་བཏུས་རྗེས་ཡང་
 བསྐྱར་ཤོག་བྱ་བཟོས་ནས་དཔེ་ཆ་དང་ཟེན་ཤོག་ འཕྲིན་བྱེད་འབྲི་ཤོག་སོགས་བཟོས་
 ཆོག་ ཐེངས་གཉིས་པར་བྱིར་བཏུ་བྱས་རྗེས་གཙང་ཤོག་བཟོ་སྐྱོན་བྱས་ཆོག་ ཏེ་ཡང་
 གི་རྒྱ་ཆས་བཟོས་པའི་སྟོད་ཆས་བྱིར་བཏུས་ནས་བཞོལ་སྟོད་བྱས་ན་གཏེར་ཁ་ནས་
 རྒྱ་ཆ་གསར་བ་སྟོག་འདོན་བྱེད་པའི་ཚུལ་བ་ལས་བརྒྱ་ཆའི་༡༡ལོན་རྩ་བྱེད་བྱེད།
 ཤེལ་གྱི་དམ་ལུ་གཅིག་བྱིར་བཏུས་ནས་ལོན་རྩ་བྱས་པའི་རུས་ཆོད་ཀྱིས་གྲོག་ཞུའི་
 ཤེལ་ཏོག་གཅིག་རུས་ཆོད་ལ་བཀར་བྱེད་པ་རེད།

ལེན་ལྟ་བུ།

གྲོང་གསེབ་ས་གཤིས་བཅོག་འགྱུར་དང་འགོག་བཅོས།

དོན་ཚན་དང་པོ། ས་གཤིས་བཅོག་འགྱུར་འགོག་བཅོས།

ས་གཤིས་བཅོག་འགྱུར་བྱུང་བ་ལ་ངེས་པར་དུ་ཕྱིན་འགོག་གཙོ་བོ་བྱེད་པ་
དང་འགོག་བཅོས་བྱུང་འབྲེལ་བྱེད་པ་ཞེས་པའི་བྱེད་སྒྲིག་ས་ལག་བརྟུར་བྱེད་དགོས་
པ་སྟེ། བཅོག་འགྱུར་གྱི་འབྱུང་ཁུངས་ཚོན་འཛིན་དང་མེད་པ་བཟོས་དགོས་པ་དང་
བཅོག་འགྱུར་བྱུང་བའི་ས་གཤིས་ལ་སྒྱུར་བཅོས་དང་བཅོས་སྒྲིང་སོགས་བྱེད་དགོས།
གཅིག་ས་གཤིས་བཅོག་འགྱུར་ཕྱོགས་བསྐྱུས་འགོག་བཅོས་བྱེད་སྟངས།

བཅོག་འགྱུར་བྱུང་བའི་ས་གཤིས་ལ་དམིགས་ནས་མིག་སྒར་རྒྱལ་ཁབ་ཁྱི་
ནང་གི་བཅོས་སྒྲིང་བྱེད་སྟངས་དེ་མདོར་བསྐྱུས་ན་རིགས་བཞི་ཡོད་པ་སྟེ། ཨར་
ལས་ཀྱི་བྱེད་ཐབས་དང་སྒྱུར་བཅོས་བྱེད་ཐབས། ཞང་ལས་བྱེད་ཐབས། སྒྲིང་ངོས་
བྱེད་ཐབས་བཅས་སོ།

(གཅིག) ཨར་ལས་བྱེད་ཐབས།

ཨར་ལས་བྱེད་ཐབས་ནི་དངོས་ལྷགས་རིགས་པ་དང་དངོས་ལྷགས་རིགས་
པའི་རྒྱུ་འགྱུར་འགོ་སྟངས་སྒྲིང་ནས་ས་གཤིས་བཅོག་འགྱུར་བཅོས་སྒྲིང་བྱེད་པ་
མ་ཟད་ཨར་ལས་ཀྱི་གྲངས་ཚད་ཆེས་ཆེ་བའི་རིགས་གཅིག་གི་བྱེད་སྟངས་ཞིག་ཡིན་པ།
ཞིབ་བྲའི་ཨར་ལས་བྱེད་སྟངས་ལ་གནས་སྒོས་ས་རྒྱ་བྱེད་སྟངས་དང་རྒྱ་བསྐྱུས་

བྱེད་སྤངས། ལོགས་སུ་དགར་བ་བྱེད་སྤངས། རྟོད་མི་བྱེད་སྤངས་དང་གྲོག་འགྲེལ་
ཤུགས་ཤིག་པའི་བྱེད་སྤངས་བཅས་སོ།

(གཉིས) སྐར་བཙོས་བྱེད་ཐབས།

སྐར་བཙོས་བྱེད་ཐབས་སྤྱད་ནས་ས་གཤིས་བཙོག་འགྱུར་བདག་སྦྱོང་བྱེད་
པའི་རྩམ་པ་གཙོ་བོ་ནི་ས་གཤིས་བཙོག་འགྱུར་དངོས་པོའི་ཚུ་འདུས་རང་བཞིན་དང་
སྦྱེས་འཕེལ་རང་བཞིན། ཡན་འབྲས་རང་བཞིན་ལ་ཟེར།

དོན་ཚན་གཉིས་པ།

གོང་གསལ་ས་གསེས་བཅོམ་འགྱུར་འགོག་བཅོས་བྱེད་སྟངས།

ཚད་དང་མཐུན་པའི་སྒོ་ནས་ཁིང་སྒྲན་སྒྱུད་དགོས།

(གཅིག) སྒོན་ཐོན་གྱི་ཁིང་སྒྲན་སྒྱུད་པའི་ལག་ཅུལ་སྒྱུད་དགོས།

དོན་དངོས་ཀྱི་གནས་ཚུལ་ལ་དམིགས་ནས་གཤམ་གྱི་འབྲེལ་ཡོད་ཀྱི་སྒོན་ཐོན་ཁིང་སྒྲན་སྒྱུད་པའི་ལག་ཅུལ་གདམ་སྒྱུད་བྱེད་དགོས།

༡. འདེབས་ཚད་དམའ་པའི་ལག་ཅུལ།

རྒྱ་བྱོན་ངེས་ཅན་ཐོག་གི་སྒྲན་འདེབས་ཚད་འགྱུར་བམི་འབྱུང་བར་བྱས་ནས་ཁིང་སྒྲན་དཔྱོད་མས་གདབ་དགོས། རྒྱ་འདྲེས་ཚད་དེ་རྒྱ་ནུན་གྱི་འདེབས་ཚད་ལག་ཅུལ་གྱི་ལྷ་ཆའི་གཅིག་དང་བརྒྱ་ཆའི་གཅིག་ལ་སྒྲིབས་པ་བྱེད་དགོས། ལག་ཅུལ་དེ་ལས་ལས་སྒྲུབ་བྱེད་ཚད་མཐོར་འདེགས་སུ་གཏོང་བྱུང་ལ། ཁང་ནང་དང་རི་ཁུལ་ནང་བྱུང་ཆེ་བའི་རང་བཤེད་སྒྱུད་བྱེད་བྱུང་།

༢. ཁི་སྒོག་གི་འདེབས་ཚད་ལག་ཅུལ།

སྒོག་ཤུགས་ཆེ་བའི་ཁི་སྒོག་སྒྲིག་ཆས་བརྒྱུད་ཏེ་བདུབ་པའི་བྱེད་ཐབས་སྒྱུད་དགོས། སྒྲན་དེ་ལོ་མའི་ཐོག་འདེབས་ཚད་མངན་ཁིང་སྒྲན་གྱི་ཕན་ཡོད་པེད་སྒྱུད་བྱེད་ཚད་དེ་བརྒྱ་ཆ་དགུ་བརྒྱ་མཐོར་འདེགས་སུ་གཏོང་བྱུང་།

༣. རིལ་མ་ལྟ་བུའི་སྒྲན་འདེབས་པའི་ལག་ཅུལ།

རྒྱ་ཁ་བཤེད་སྒྱུད་པའི་རྒྱ་འདྲེས་རང་བཞིན་ཆེ་བའི་སྒྲན་གདབ་རྒྱ་བཤེད་སྒྱུད་

བྱེད་རྒྱུ་རིལ་བ་ལྟ་བུའི་སྒྲན་འདེབས་པའི་ལག་ཅུལ་མེད་སྟོན་བྱེད་དགོས།

༩. ལོང་རྒྱལ་ཅན་གྱི་སྒྲན་འདེབས་པའི་ལག་ཅུལ།

རྒྱན་ལྡན་སྒྲན་འདེབས་པའི་འཕྲུལ་ཆས་ལ་ཡང་བསྐྱར་དུས་འགོད་དང་རྒྱུ་
བཅོས་བྱེད་དགོས། འདེབས་པའི་འཕྲུལ་ཆས་ཁ་གསལ་སྒྲན་ཚུར་བསྐྱར་པའི་སྒྲིག་ཆས་
སྟོར་དགོས། གོང་དུ་བཤད་པའི་ལག་ཅུལ་དེ་ཚོ་ལས་ཁིང་སྒྲན་སྟོན་ཚད་ཉར་དུ་
གཏོང་བྱལ་བ་དང་ཁིང་སྒྲན་མེད་སྟོན་གྲོན་ཅུང་དུ་གཏོང་ཚད་བརྒྱ་ཆ་ལྔ་བཅུ་དང་
བརྒྱ་དགུ་བཅུ་གོ་ལྔ་ལ་སླེབས་ཐུབ། དེ་མ་ཚད་ཁིང་སྒྲན་འདེབས་དུས་མེད་སྟོན་
བྱེད་སྐབས་མི་ཉན་ནས་ཅི་ཤིང་ཐོག་བཏབ་བ་དེ་ཉར་དུ་གཏོང་བ་དང་མེད་བ་བཙོ་
བྱལ་བ་དང་། ས་གཤིས་ཀྱི་བཙོག་འགྱུར་མཛོན་གསལ་ཇི་ཉར་དུ་གཏོང་བྱལ་བ་མེད།

དོན་ཚན་གསུམ་པ།

གྲོང་རྒྱལ་ཁེ་ལས་ཀྱི་བཅོམ་འགྱུར་འགོག་བཅོས་བྱེད་ཐབས།

དང་པོ། ཁྱོན་ཡོངས་ནས་འཆར་འགོད་དང་ཚད་དང་མཐུན་པའི་བྱ་

སྒྲུབ་སྤྱོད་སྤྱོད་འཕེལ་ཆུས་གཏོང་དགོས།

རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱོད་ཁེ་ལས་ཁོར་ལུག་སྤྱོད་བྱེད་པའི་གནད་དོན་དུ་མ་
གཏོན་འབབས་ཞེས་པ་ལས་བསྟན་དོན། ས་གནས་སོ་སོའི་མི་དམངས་སྤྱི་གཞུང་
གིས་རྒྱལ་སྤྱི་སྤྱོད་ཁེ་ལས་འཕེལ་ཡོད་ཀྱི་གནད་འབབས་ལ་གཞིགས་ནས་ཏན་
ཏིག་གིས་བྱེད་ཐབས་སྤྱོད་དེ་གྲོང་རྒྱལ་ཁེ་ལས་ཀྱི་ཁོར་ལུག་དོ་དམ་ལ་ལྷགས་སྟོན་
གནང་དགོས་པ་དང་། ཁྱོན་ཡོངས་ནས་འཆར་འགོད་དང་ཚད་དང་མཐུན་པའི་བྱ་
སྒྲུབ་སྤྱོད་སྤྱོད་འཕེལ་ཆུས་གཏོང་དགོས། གནས་བབ་དང་བསྟན་ནས་བཅོམ་
འགྱུར་ཉུང་བ་དང་བཅོམ་འགྱུར་མེད་པའི་ཐོན་ལས་འཕེལ་ཆུས་གཏོང་དགོས་པ་
མ་ཚད་གྲོང་གསེབ་དང་གྲོང་རྒྱལ་འཕྲུགས་བསྟན་པ་ན་ཚུན་བྱེད་འཕེལ་བྱས་ནས་
ཉུང་གཅིག་བསྟན་ཡིན་པའི་གྲོང་རྒྱལ་ཁེ་ལས་འཕྲུགས་བསྟན་བྱེད་དགོས། ཚད་
མཐོན་པོ་སྟོན་གྲོང་རྒྱལ་ཁེ་ལས་ཀྱི་བཅོམ་འགྱུར་ཐབས་གཅོད་བྱེད་པའི་རྒྱུ་ལ་
མཐོན་འདེགས་སུ་བཏང་སྟེ་གྲོང་རྒྱལ་ཁེ་ལས་ཀྱི་ཁོར་ལུག་བཅོམ་འགྱུར་དང་སྤྱོད་
དོན་གཏོར་བརྒྱག་གཏོང་བར་བཞེས་པའི་ལྷགས་སྟོན་འཕྲུར་གཏོང་དགོས།
གྲོང་གསེབ་ནང་དུ་གྲོང་རྒྱལ་ཁེ་ལས་དང་བཞེས་པའི་ལྷགས་སྟོན་སྤྱོད་

བཅུགས་པ་ནི་ཀྱང་གོ་ཤི་རྒྱལ་ཁབ་གི་གནས་ཚུལ་ལ་དམིགས་ནས་གདམ་པ་ཞིག་ཡིན་
 ལ། གྲོང་རྒྱལ་ཁེལ་ས་བཟོ་ལས་འདུས་སྡེ་ས་ཁུལ་རྩུང་རྩུང་བཅུགས་ན་བྱུང་ཆེ་བའི་རང་
 ན་ལ་ངལ་རྩལ་རྩལ་ཤུགས་འཕོ་འབྱུར་གཏོང་བྱེད་པ་དང་ཞིང་ཞོར་ཐོན་ལས་མིན་
 བ་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་ས་འདུས་ཚད་ནས་འགོ་རྒྱུགས་ཏེ་གྲོང་ཁྱེར་ཅན་གྱི་བརྒྱད་
 རིམ་མགོ་གས་སུ་གཏོང་བ་མཐོར་འདེགས་གཏོང་བྱེད། གྲོང་རྒྱལ་ཁེལ་ས་འཕེལ་
 རྒྱས་ས་ཁུལ་བཅུགས་རྗེས་འོག་གི་ཁོར་ཡུག་གི་གནོད་འཚེ་འབྱུང་བ་རྗེ་ཡང་དུ་
 གཏོང་བྱེད།

(གཅིག) ཁོར་ཡུག་དོད་མ་དང་ལྷ་ཞིབ་ཚད་ལེན་ལས་ཀའི་ཕན་འབྲས་མཐོར་
 འདེགས་སུ་གཏོང་དགོས།

ཀྱང་གོ་ནི་མིག་སྒར་འཕེལ་རྒྱས་འགོ་བཞུགས་པའི་རྒྱལ་ཁབ་ནང་གི་གཅིག་
 ཡིན་པས་ཁོར་ཡུག་དོད་མ་དང་ལྷ་ཞིབ་ཚད་ལེན་ནང་སྤྱོད་ཆོག་པའི་ཐོན་ཁུངས་ཚད་
 ཡོད་པ་རེད། གྲོང་རྒྱལ་ཁེལ་ས་ཀྱི་འདུས་ཚད་མཐོར་འདེགས་སུ་བཏང་ན་ཁོར་ཡུག་
 དོད་མ་དང་ལྷ་ཞིབ་ཚད་ལེན་བྱེད་པའི་མ་རུ་དམའ་རུ་འགོ་རྒྱུར་ཕན་ཐོགས་ཆེ།

(གཉིས) ཐོན་སྐྱེད་བྱེད་པའི་ནང་བྱུང་བའི་བེད་མེད་དངོས་རོ་ཐག་གཅོད་
 བྱེད་དགོས།

ཐོན་རྗེས་གང་ཡིན་རུང་ཐོན་སྐྱེད་བྱེད་དུས་བེད་མེད་དངོས་རོ་འབྲུད་སྐྱུར་
 མི་བྱེད་པ་བྱ་རྒྱུ་ནི་ཉ་ཅང་དགའ་ལོ་ཡིན། འོན་ཀྱང་ཐོན་རྗེས་ཞིག་གི་བེད་མེད་དངོས་
 རོ་དེ་ཐོན་རྗེས་གཞན་ཞིག་གི་རྒྱ་ཆས་ཀྱི་སྤྱོད་པས་གྲོང་རྒྱལ་ཁེལ་ས་ཀྱི་འདུས་ཚད་
 རྗེ་མཐོར་སོང་ན་ཐོན་རྗེས་ཀྱི་རིགས་ཡང་རྗེ་མང་འགོ་རྒྱུ་ཡིན་པ་དང་། བེད་མེད་

དངོས་རོལ་དེ་སྤྱོད་བྱེད་ཤུགས་ཆེ་དུ་འགྲོ་བྱུ་ཡིན་པ། དེར་སྤྱིར་ཐོན་སྐྱེད་བྱེད་པའི་
ནང་འབྱུང་སྐྱེད་བྱེད་པའི་ལོད་མེད་དངོས་རོལ་ས་བཞོས་པའི་ཁོར་ཡུག་གི་གནད་
དོན་རྗེ་ཕྱིར་དུ་འགྲོ་བྱུ་ཡིན་པ་རེད།

(གསུམ) ཁོར་ཡུག་བདག་སྐྱོར་ནང་གི་གཞི་ཁྱོན་དཔལ་འབྱོར་ལོད་སྤྱོད་
བྱེད་དགོས།

སྐྱོར་བཏང་གི་བཤད་ན་ཁེ་ལས་དང་ཁེ་ལས་མང་སོང་ནས་གཞི་ཁྱོན་ཅན་
དུ་སྐྱུར་རྗེས་ཁོར་ཡུག་བདག་སྐྱོར་བྱེད་པའི་ལས་ཀ་སྤེལ་དགོས་པ་རེད། ཁེ་ལས་
འདུས་ཚད་རྗེ་མཐོ་སོང་ན་དེའི་ནང་གཞི་ཁྱོན་ཅན་དུ་འགྱུར་བྱུ་ཡིན་པ་དང་ཁོར་
ཡུག་བདག་སྐྱོར་བྱེད་པའི་ཁེ་ལས་རྗེ་མང་དུ་འགྲོ་བ་རེད། ཁོར་ཡུག་སྐྱུར་སྐྱོར་ཐོན་
ལས་འཕེལ་རྒྱས་གཏོང་བའི་ཆ་རྒྱུན་རྗེ་བཟང་དུ་འགྲོ་བས། ཁོར་ཡུག་བདག་སྐྱོར་
ནང་གི་གཞི་ཁྱོན་གྱི་དཔལ་འབྱོར་ལོད་སྤྱོད་གང་ལེགས་བྱེད་བྱུ་བ་པ་རེད།

(བཞི) ཁྱོར་རྣམས་ཁེ་ལས་ཀྱི་སྤྱི་གཞི་རང་བཞིན་ལེགས་སྐྱུར་བྱེད་པར་སྡེ་
ཁྲིད་བྱེད་དགོས།

ལས་གཞི་གསལ་བར་བཅོལ་འགྱུར་རྒྱུ་བ་དང་རྣམས་སྤངས་ཐོན་སྤངས་
ཟད་གོན་དམའ་བའི་རིགས་གདམ་ནས་དུས་མཚུངས་གསུམ་ཞེས་པའི་ལམ་ལུགས་
ལག་བསྟར་ནན་པོ་བྱེད་དགོས། སྐྱུར་ཡོད་པའི་གཞན་པའི་བཅོལ་འགྱུར་ཅན་
གྱི་ཁེ་ལས་རྒྱུར་བས་བཞོ་ལས་འདུས་སྡེ་ས་སྤེལ་དུ་བསྐྱུར་འཇུགས་བྱེད་དུས་
བཅོལ་འགྱུར་འགོག་བཅོས་བྱེད་ཐབས་སྤྱོད་དགོས། འདུས་སྡེ་ཡོངས་ཀྱི་ཁེ་ལས་
ཀྱིས་བཅོལ་འགྱུར་སྤྱིའི་གྲངས་ཚད་ལ་དམིགས་ཏེ་ཚོད་འཛིན་བྱེད་པའི་བྱེད་ཐབས་

སྤྱད་ནས་ཁོར་ཡུག་དོ་དམ་བྱེད་དགོས།

ས་གནས་སོ་སོའི་ངེས་པར་དུ་རྒྱལ་ཁབ་ཀྱིས་གོང་དལ་ཚུང་བ་བྱུགས་ཆེན་
འཛུགས་བསྐྱུན་བྱེད་པའི་གོ་སྐབས་སྤྱད་དེ་གནས་བབ་དང་བསྐྱུན་ནས་གོང་དལ་
ཁེ་ལས་ཀྱི་འཕེལ་རྒྱས་ལ་ཁྱིད་ལྟོན་བྱེད་དགོས། གོང་དལ་ཁེ་ལས་བྱུང་སྤངས་
ཚད་དང་མཐུན་པའི་གཅིག་བསྡུས་བརྒྱད་ནས་མཐའ་འཁོར་གྱི་ཁོར་ཡུག་དང་
འདུས་སྡེ་ས་ཁུལ་གྱི་བཙོག་འགྱུར་མི་ཡོང་བ་བྱེད་དགོས། གོང་དལ་ཁེ་ལས་ཀྱི་
བཙོག་འགྱུར་དེ་ཁ་བརྒམ་དུ་བཅུག་ནས་བདག་སྤྱོད་བྱེད་པ་དང་ས་ཁོངས་གཅིག་
བསྡུས་ཀྱིས་འཕོ་འགྱུར་ཡོང་བུལ་བ་བྱེད་དགོས།

དཔེ་མཛོད་འཁུན་འཁུར་བ། དབྱེད་མ་ཅན་ལྟ་སྟེ།
བསོད་ནམས་དོན་འབྱུང་།

ཁོར་ཕུག་ཕུང་ཕྱེད་ཀྱི་རྒྱན་མཁོ་ཤིས་ཀྱི།

ཡི་ཤེས་ཕུན་ཚོགས་ཀྱིས་བསྐྱེད།

སི་ཁོན་དཔེ་ཕྱན་ཚོགས་པ།

སི་ཁོན་མི་རིགས་དཔེ་ཕྱན་ཁང་གིས་བསྐྱུན་ནས་བཀྲམ།

ཁྱིན་ཏུ་ཕུ་ཕྱན་ཉན་པར་འདེབས་འཁུན་འཁུ་ཚད་ཡོད་ཀྱང་སིས་དཔར།

༢༠༡༡ལོའི་ཟླ་༥པར་པར་བཞི་དང་པོ་བསྐྱེད།

༢༠༡༡ལོའི་ཟླ་༥པར་པར་ཐེངས་དང་པོ་དཔར།

དེང་ཚད། ༢༠༩mm×༡༤༠mm ༡ ༩༩

འབྱུ་སྟེང་། ༥༠

དཔར་ཚུགས། ༩.༡༩༥

དཔེ་ཚགས། ISBN 978-7-5409-4722-4

དཔེ་མིན་སྟེང་། ༩.༠༠

འཕུལ་པེ་མཆོད་པེ་

ཁོང་ཡུག་སུང་སྒྲོང་གི་རྒྱན་མཁོ་ཤེས་བྲ།



ISBN 978-7-5409-4722-4



9 787540 947224 >

定价：8.00元

དཔེ་མཛོག་འགན་འཁུར་བ། དབྱུངས་ཅན་ལྟ་མོ།
བསྐྱེད་ནམས་དོན་འགྲུབ།

ཁོར་ཕུག་ཕྱུང་ཕྱུང་གི་རྒྱན་མཁོ་གེས་བྲ།

ཡེ་གེས་ཕྱུན་ཚོགས་བྱིས་བརྒྱར།

སི་ཁོན་དཔེ་རྒྱན་ཚོགས་པ།

སི་ཁོན་མི་རིགས་དཔེ་རྒྱན་ཁང་གིས་བསྐྱེད་ནས་བཀྲམ།

ཁྱིན་རུ་ཕྱུན་ཉན་པར་འདེབས་འགན་འཁུར་ཆེད་ཡོད་ཀྱང་སེས་དཔར།

༢༠༡༡ལོའི་ཟླ་༥པར་པར་གཞི་དང་པོ་བསྐྱེད།

༢༠༡༡ལོའི་ཟླ་༥པར་པར་ཐེངས་དང་པོ་དཔར།

དེབ་ཆེད། ༢༠༩mm × ༡༩༠mm ༡/༣༢

འབྲུ་སྟངས། ༡༠

དཔར་ཤོག ༩.༡༢༥

དཔེ་རྒྱགས། ISBN 978 - 7 - 5409 - 4722 - 4

དཔེ་རིན་སྒྲིབ། ༡.༠༠

འཕུལ་ཤིང་མཆོད་རྟེན་

ཁོར་ལུག་སུང་སྒོང་གི་རྒྱན་མཁོ་ཤེས་བྱ།



ISBN 978-7-5409-4722-4



9 787540 947224 >

定价：8.00元